

# فكر الخطيب النفيسي

بمقدم

الدكتور مصطفى نور  
والدكتور أحمد فؤاد الأهواني

مكتبة







مختارات الإذاعة

# في تحليل النفس

بمقام

الدكتور مصطفى زور والدكتور أحمد فتواد الزهراوى





# في التحليل النفسي

للدكتور مصطفى زيد



## هواية العذاب

ماهدف الانسان فى هذه الحياة ؟ . . سؤال طرحه الفلاسفة والمفكرون وانتهوا جميعا الى أن الاجابة عليه تتلخص فى كلمة واحدة : السعادة ، ويقصدون بها أن الانسان يتجنب الألم ويحاول ان يظفر بما تطيب به نفسه ، وتبدو هذه القضية واضحة جلية بحيث تكاد تكون من المسلمات الأولية ، فالألم والعذاب والشقاء أمور ينفر منها الانسان .

ولكن اذا كان الأمر كذلك فما خطب الشاعر اذ يقول :

عذبينى فمهجتى فى يدىك      وأمرينى فالقلب عبد ليدىك

انه يدعو حبيبته الى أن تعذبه ، أليس هذا أمرا غريبا يتناقى مع ما سلمنا به من أن الانسان ينفر من الألم والعذاب ، بيد أن الشاعر يسخر منا ومن منطقنا فيفصح قائلا :

لى لذة فى ذلى وخضوعى      واحب بين يديكسفك دموعى

وهاهو بلمحنا نقطب الجبين فيقول : ما الذل فى شرع الهوى عاز .

فاذا صدق الشعراء فالانسان قد يجد لذة فى الألم وقد يعشق البكاء وهو علامة الألم ، فهل نكون نحن من المخطئين ، أم أنهم هؤلاء الشعراء ؟ . . أننا نعلم أن الشعر الذى ذكرناه لحنه الملحنون وغناه كبار المغنين وطرب له آلاف المستمعين ولا ينفرد شعراؤنا باتشاء هذه الحقيقة النفسية النابية ، فها هو الشاعر الفرنسى بودلير يمتدح

الألم قائلا : أن فيه شفاء للنفس بل يزيد فينشد : اننى الجرح  
والخنجر ، اننى الصفة والحد ، اننى الضحية والطاغية ، فيعبر بذلك  
عن ميله الى الحاق الأذى بنفسه اذا افتقد من يتولى ذلك عنه ، وينشد  
الشاعر جوته هذه المعانى فى أبيات خالدة من فاوست تبلغ الذرة فى  
سمو الحس الشعري وتفيض بأقصى ألوان النشوة والصبابة .

ولندع الشعر والشعراء ( فهم من أهل الخيال ) ، فهل نجد شيئا  
مما يقولون فى الواقع ، هاهم من يسمون بفقراء الهنود تقوم حياتهم  
كلها على أنواع من التعذيب تقشعر منها الأبدان ، ثم هاهى فرق اخرى (من  
الصوفية ) تبلغ فى تعذيب النفس ولومها مبلغا يحار فى فهمه العقل  
فسميت احداها باللامتية لاغراق مذهب أصحابها فى لوم النفس  
ومخاصمتها ، فهم يعلنون سيئاتهم ويخفون حسناتهم استجلابا للوم  
الناس وتعرضا لا يذاتهم وهم يجالسون من يحقرهم ويتركون مجالسة  
من يكرمهم ويركبون من ظاهر الأمور ما يلامون ، وأغرب ما فى مذهبهم  
أنهم يرون فى مسلكهم هذا أعظم صفات الرجولة والفتوة .

ولشدة ما دهش أطباء النفس عندما اكتشفوا أن نفرا غير قليل من  
الناس يسلكون مسلك هؤلاء الذى سموا . . فقراء الهنود أو أهل  
اللامتية فيلتمسون الألم والعذاب اينما حلوا ، ويحرصون على بلوغ  
ألفشل والهوان ما استطاعوا الى ذلك سبيلا وينفرون من النجاح  
ويضيقون بالغبطة ، وكأن لا راحة لهم الا فى الألم ولا سعادة الا فى  
الشقاء ، وقد تبين من تحليل الأمراض النفسية انها تتصف جميعا  
بقدر من هذه الصفات ، وقد يقتصر المرض النفسى على هذه الصفات  
وحدها فيمعن المريض فى هواية العذاب وادمان الشقاء .

فهذا شاب يعمل موظفا صغيرا فى أحد المحال التجارية ، يدفعه  
طموحه عندما حلت الحرب الماضية الى الاستقلال بنفسه فى تجارة  
لا يطول انتظاره حتى تسمى رابحة ، فتفيض جيوبه بخير عظيم وتغدو  
أطايب الحياة منه دانية ، وكأنه حين يقتطفها يقتطف الثمرة المحرمة



فتضطرب نفسه وينتابه الأرق ويهمل شئونه ويوظف رجلا يكل إليه إدارة أعماله فيسرقه ويتضح أنه كان يعلم أنه غير أمين ثم بعقد صفقات جنونية تأتي على كل ما كسب .

وهذا محام مشهور بكفايته ولكنه يسلك من عملائه مسلكا ينفرهم منه فلا يحسن استقبالهم وينسى مواعيدهم ويخطئ في ذكر اسمائهم فيخاطب الواحد باسم خصمه ، وقد يترافع أحسن المرافعة حتى اذا اقترب من النصر رأيناه يفعل فجأة فيزل لسانه في غير صالح موكله أو يثور ويغضب لأبسط ملاحظة من القاضى فيندفع فى هجوم يشينه فى نظر موكله ( وقد يوغر صدر القاضى عليه ) .

وهذا زوج وزوجته لا يجدان الراحة الا بعد الألم ولا يستمتعان بالحب الا بعد الخصام والشقاق وسفك الدموع والتراشق بجراح اللفظ والتباعد أو الانفصال بعض الوقت وكأنهما يدركان سريهما فيخلصان فى استنباط الشقاء اخلاصا لا يقل عمقا عن الاخلاص فى الحب .

ولابد لنا الآن أن نسأل أنفسنا كيف اتفق للانسان أن تنقلب موازينه فيصبح عدو نفسه ، يجرى وراء العذاب وينزل بنفسه العقاب أو يستحث غيره على أن ينزله عليه ، أننا نعلم ما للطفولة من خطر فى تكوين شخصية الانسان ، فمتى يعانى الطفل العقاب ، أنه يعاينه اذا ما اندفع فى اشباع رغبات محرمة ، فالعقاب حلقتان ترتبطان ارتباطا وثيقا فى خبرات الطفل حتى أنه يتوقع العقاب اذا قامت فى نفسه رغبات محرمة ، ولكن توقع العقاب أمر يستثير فى نفسه قلقا عظيما يدعو الى طلب العقاب تخفيفا من وطأة القلق وما شقاوة الاطفال فى كثير من الأحيان الا استفزازا وطلبيا للعقاب .

ويحكى عن صبية أن ابواها حرما عليها قراءة كتاب بعينه ، فذهبت يوما وادعت لهما أنها قرأته فأنزلا بها العقاب ، عند ذلك عمدت الى الكتاب وراحت تقرأه هادئة مطمئنة ، ولكن الأمر لا يلبث

أن يتحول الى مأساة هواية العذاب عندما يفتقد الطفل الحب والرحمة ولا يجد من والديه الا الكراهية والعقاب وسوء المعاملة ، ولما كان الطفل فى حاجة حيوية اليهما فانه يخضع نفسه لهذا الأسلوب من المعاملة ويوطن نفسه على احتمال الأذى وقبوله فيحله محل الحب ويستمد من الأذى والعذاب ما يرفع قدره فى نظر نفسه .

ونجد فى قصة سندريلا تصويرا لهذا الموقف ، فقد كانت تستجيب لسوء المعاملة بالولاء والذلة وكانت موقنة أنها خيرة يفيض قلبها كرما وسماحة ويزيدها الاذلال سموا وفضلا ولم يفارقها الأمل فى أنها ستثاب يوما على ما قدمت فيأتيها الحب فيأضا بقدر ما كان عذابها عظيما .

على أن الحياة الواقعية لاتجرى بما تجرى به القصص ، فالطفل الذى لم يلق الا الأذى والكراهية ينمو على نمط عاطفى لا يسعه الا أن يحتذيه فى مستقبل حياته فيجد نفسه مدفوعا الى خلق ماشقى به بوصفه الأسلوب الذى ارتضاه له من أحب وكانت حياته معلقة به .

فهذه فتاة نشأت فى فقر مادي وعاطفى بالغين ، وكانت أمها تنبذها وتفرغ عليها كل ما كان يعتلج فى قلبها من كراهية للحياة وضيق بها حتى زاودت الطفلة خواطر الانتحار وعبرت عن ذلك أثناء التحليل بقولها :

« ان أعظم ذنبى اننى لم أضع حدا لحياتى لأدخل السرور على امى ، وبالرغم من هذا البؤس فقد شبت وأصبحت غادة وافرة الجمال فأحبها رجل ثرى وتزوجها وهىأ لها حياة رغدة ، ولكنها لم تقو على احتمال هذه السعادة ، فراحت تفسد حياتها بكل ماوسعها من الحيل وجعلت ترغم زوجها ارغاما على القيام بدور الأم الكارهة القاسية وتقنع هى بدور الطفلة المنبوذة المعذبة .

يتضح اذن أن التعلق بأهداب الشقاء وسيلة لاسترضاء الحبيب الكاره وتلطيف لغضبه فقد استقر فى نفس من نشأ على هذا النحو.

أنه لابد مكروه مهما بذل له من حب فخلق به ان يعذب نفسه وكأنه  
يوعز « انظر » اننى اعذب نفسى فلا حاجة بك الى أن تعذبنى ، أرض  
اذن عنى وامنحنى من الحب بقدر ما انوء به من العذاب ، أو قد ينطلق  
موغرا للصدور مستفزا للغضب وكأنه يوعز ، عذبنى وساعدنى على  
أن أكون فاضلا حتى استحق حبك ، وقد يذهب من أجل ذلك مذاهب  
نابية فيلبس لباس الغباء أو القبح أو الرذالة على نحو ما وقرفى ذهنه  
من صدره لنفسه حتى يكون حبيبه محقا فيرفع عن حبيبه وزره ويلقيه  
على نفسه فلعله يرضى .

فهواية العذاب اسلوب معوج فى استذرار الحب والعطف وتسويغ  
للبقاء فى عالم توهمه المرء كارها له منكرا لوجوده ، أنه بلوغ الأمانى  
فى موكب الشقاء والظفر بالنصر فى منحدر الهزيمة .





## لغة الرموز

حدثني صديق كريم فقال : لقد نبهني حديثك عن طبيعة الأحلام الى ما شاهدته يوما لدى ابنتي التوأمتين ، فقد كانتا تغطان في النوم واذا بأحدهما تتكلم اثناء نومها بما يوحى أنها تحلم . وما لبثنا ان رأينا الاخرى تستجيب بالكلام أثناء نومها أيضا وكأنها فهمت عن اختها فجوابتها عن بعض ما قالت . وفي الصباح ذكرنا لهما ما حدث فاستولت عليهما الدهشة . فما تفسير ذلك عندكم .

قلت : ان سؤالك هذا طريف يفتح أمامنا باب التحليل النفسى على مصراعيه بل بزيد فيفتح أبواب طائفة من العلوم الانسانية . ولكن سأختصر القول فابدأ بالاشارة الى ما يسمى بنوم الموضع . فهي تستيقظ سريعا اذا صرخ الطفل على حين أنها قد تستمر في النوم اذا حدثت أصوات أخرى عالية . والسبب في ذلك واضح . ولا يقل عن ذلك وضوحا اهتمام ابنتيك احدهما بالآخرى اهتماما يفوق ما عداه .

قال صديقى : أن ما قلت يوضح لى لم استجابت الاخت لاختها ولكنى لازلت أطمع فى أن تبين لى كيف يفهم النائم اشياء قد يستعصى فهمها على المستيقظ .

قلت : دعنى اذن أسرد عليك طائفة من التجارب العلمية هى آخر ما وصل اليه البحث فى هذا الميدان . فقد كنا نعلم من خبرتنا الطبية ان الاحلام ضرب من اللغة الرمزية . وهناك نوعان منها . النوع الأول رمزية فردية تتصل بخبرات الحالم الذاتية بكشف التحليل عن معانيها فى يسر . أما النوع الثانى فهو رمزية مشتركة بين أفراد الجنس

الانساني بأسره نجد آثارها في الاساطير والامثال والالغاني الشعبية لدى جميع الشعوب منذ أقدم العصور الى يومنا هذا ، فضلا عن آثارها في مفردات كثير من اللغات ثم في الشعر وغيره من ألوان الانتاج الفني وأخيرا في الامراض النفسية فكأننا ازاء لغة قديمة قبعت مخلفاتها في زاوية خفية من النفس ، تعود الى الظهور في أحوال خاصة كالنوم والمرض النفسي ونشوة الابداع الفني وما اليها .

واليك بضعة أمثلة من التجارب التي أجريت للتحقق من وجود رموز مشاعة بين الناس جميعا . وتستخدم هذه التجارب طريقة التنويم الصناعي بالايحاء ثم يستفسر النائم عن معنى حلم يذكر له أو أسطورة يقصها عليه المجرب ، ففي إحدى هذه التجارب نوم المجرب عدة أشخاص ثم سألهم عن معنى الحلم الآتي : صبي كان يجلس الى مكتبه يستذكر دروسه واداء النار تشتعل في سلة الورق الموضوعة بجانبه فجري واحضر ماء أطفأ به النار . فكانت أجابتهم جميعا ان هذا الصبي بال في فراشه . ونحن نعلم من البحوث في تحليل الأحلام أن اشتعال النار في الحلم يرمز الى عادة التبول في الفراش . . . ونجد صدى لهذا الرمز في تحذير الأمهات المصريات لأطفالهن من اللعب بالنار وآلا تبولوا ، وقد ثبت ان من فوانين المغول في أيام جنكيز خان ان من يبول على رماد النار يحكم عليه بالقتل . فأنت ترى أيها الصديق ان اشتعال النار رمز للتبول لا شك فيه وهناك من الشواهد ما يدل على ان هذا الرمز مستمد من قصة سيطرة الانسان على النار في فجر التاريخ والذي يهمنا من هذا كله ان التجربة التي وصفتها لك تقيم الدليل على ان النائم يفهم هذا الرمز لتوه على حين أنه لا يدرك معناه اثناء اليقظة .

والمك تجربة أخرى تبلغ الغاية في قوة الدلالة . فقد أوحى لشخص أنه كان يتبول في فراشه عندما كان طفلا وان أمه كانت تؤنبه على ذلك تأنيبا شديدا ، وعندما نام حلم أنه سقط في حوض من الماء فأنبته أمه على ذلك . ثم قص المجرب هذا الحلم على شخص آخر نوم



تنويما صناعيا وكان يجهل مصدر هذا الحلم ، فأجاب دون تردد : لابد ان صاحب هذا الحلم كان يبول في فراشه . وهكذا استطاع الشخص الثانى ان يدرك ما أوحينا به ان الشخص الاول وذاك دليل قاطع على أن بعض المعانى التى تفكر فيها اثناء اليقظة يترجمها الحلم الى لغة رمزية يفهم النائم دلالتها فهما واضحا ويستجيب لها فى ظروف معينة كما حدث ذلك لابنتيك وكما حدث فى هذه التجارب . أما المستيقظ فإنه لا يفهم هذه اللغة فهما صريحا وان أحس بدلالاتها احساسا خفيا يتجلى فى استمتاعه بالشعر الرمزي أو القصصى الخرافى ، على حين أن النائم يفهم معانيها فهما واضحا مباشرا لا لبس فيه . واليك ما يوضح ذلك .

فقد دلتنا دراستنا للأحلام والاساطير وأصول المفردات اللغوية على ان الخروج من الماء أو الانغماس فيه وبخاصة الانقاذ من الماء رموز للولادة . وهناك مئات من الاساطير تصور جميعا ولادة الابطال فى تعبير رمزي واحد هو انتشال طفل من قارب كان يطفو به على الماء . وأقدم هذه الاساطير اسطورة نتناول ولادة سرجون الاول ملك بابل ونجد هذا الرمز مستخدما فى أكثر من موضع من قصص الف ليلة وليلة . وفى اللغة مخض باليدلو ضرب بها فى ماء البئر لتمتلى . والمخاض وجع الولادة . ومن صفات البحر لدى بعض سكان مصر ان الداخل فيه مفقود والخارج منه مولود . وللتحقق من صحة هذا الرمز وشيوعه أجربت التجربة الآتية . نوم شخص ثم قص عليه المجرب اسطورة تدور حول انتشال طفل من الماء . فأجاب لتسوه . لابد ان امرأة قد وضعت طفلا . فأنت ترى أيها الصديق من هذه الشواهد كلها ان هناك أشبه شئ بلغة رمزية لا ندركها ادراكا تاما الا اذا اخذتنا سسنة من النوم او نفحة من الحب أو مس من الجنون .

قال صديقى : مالك تمزج بين أشياء متباينة . أنك تزعجنى بذكر الجنون فى هذا المقام . قلت : هون عليك . لقد ذكرت لك أن الأحلام ضرب من اللغة الرمزية تستمد عناصرها من لغة قديمة بلمت ولم يبق

منها الا بضع آثار مبعثرة في اللغات والاساطير وما اليها ولكن أصولها ما زالت باقية في اعماقنا فتبعث أثناء النوم أو في الازمات النفسية ، فتحل محل لغتنا العادية المنطقية . مثلنا في ذلك مثل الطفل يعود الى لعبته القديمة الحطمة يتلهى بها عن مرارة الواقع يبهظ كاهله .

فهذه عانس بائسة طواها المرض العقلي في دوامة من الهذيان والهلوسة . ومن أغرب مظاهر الهلوسة لديها أنها كانت لا تمل من الحديث عن معطف وهمي تقول أنها تلبسه ليلا ونهارا وصيفا وشتاء . وقد بدأ مرض هذه السيدة منذ نحو ثمان سنوات احساسات هلوسية في يدها وامتناعها عن مصافحة الناس .

وقد تبين من استقصاء تاريخ هذه المريضة انها في الفترة السابقة لمرضها كانت تهيم بحب شاب كان يتردد على اسرتها وظنت أنه يبادلها الحب ، وذات يوم دعت الاسرة هذا الشاب الى حفل اقامته ولا مرام دخل في زرعها أنه سينتهر هذه الفرصة لكي يطلب يدها فأعلنت ذلك لاختوتها واخواتها وظلت تنتظر مجيئه دون جدوى . ومضت الاشهر دون أن يتقدم الشاب يطلب الزواج منها . فاذا بها تحس يوما بأحاسات غريبة في يدها دل التحليل على انها تحقيق وهمي لرغبتها في اقبال الشاب على طلب يدها وكأن امتناعها عن مصافحة الناس تعبير عن رغبتها في الا يهب يدها لغير حبيبها .

اما المعطف الوهمي فقد دل التحليل على أنه رمز لاتمام الزواج . فمن التقاليد المعروفة لدى أهل البدو قديما ان العريس يخلع يوم الزفاف عباءته على عرومه ويقول لها : « من الآن فصاعدا لا غطاء لك سوى » وما زالت هذه العادة سائدة في بعض ارياف مصر ، وقد جاء ذكر هذه العادة في أكثر من موضع من التوراة ويحكى في الاساطير اليونانية القديمة ان زويس غطى الآلهة هيرا بعباءته في حفلة الزفاف واخيرا فان دراسة الاحلام تدلنا على ان المعطف رمز للرجل يزف الى المرأة .

يتبين اذن من هذه الشواهد كلها ان المعطف رمز ثابت الدلالة  
انحدر اليها من اقدم العصور . ولا شك ان هذه المريضة لم تكن تدرك  
مهنى هذا الرمز ومع ذلك فقد استخدمه المرض فى التعبير عن رغبة  
دفيئة . ونجد مخلفات هذه اللغة الرمزية القديمة فى كثير من مفردات  
اللغة العربية . مثلا يرمز فى الاحلام للمرأة بالسفينة . وفى اللغة  
الجوارى السفن والجوارى النساء وكذلك يرمز للمرأة فى الاحلام  
بالقارورة وما اليها ومن الكلمات الماثورة رفقا بالبقوارير أى النساء  
وتستخدم الاحلام الغرفة وما اليها رمزا للمرأة . ونجد فى اللغة  
الدارجة كلمة هانم وهى منحدره من الفارسية خانم نسبة الى خان أى  
نزل .

قال صديقى : ولكن ما تلك اللغة الرمزية التى تتجلى فى الاحلام  
التي تناول الماضى وفى الامراض النفسية وفى الاساطير والمفردات  
اللغوية .

قلت : ليست هذه اللغة الا لغة الانسان قبل ان يتعلم الاساليب  
المنطقية فى التفكير والتعبير حين كان يفرق بين الاشياء مادامت تستثير  
فيه نفس الانفعال ، كأن يعد الموت رحىلا والاب ملكا والانتشال من الماء  
ميلادا . وهى لغة الطفل بعيد فى تطوره مراحل الانسانية الاولى لا بل  
هى لغتنا نحن الراشدين حين نتخفف من غلواء المنطق فى غفوة النوم  
او متعة النكتة او فى نشوة الحب او الابداع الفنى .





## أحلام

لأنكاد نعرف من أحوال الانسان وما يلم به شيئا أثار فيه حب الاستطلاع مثل ماأثارتة الاحلام . أن الانسان يقضى نحو ثلث عمره نائما ويرى فى نومه أحلاما يعيشها كما يعيش أحداث اليقظة فتملؤه سعادة أو شقاء .

فيقول أفلاطون فى كتابه « الجمهورية » : ان بعض الاهواء والرغبات تتسم بالزيغ . وأكبر الظن أنها موجودة فىنا بالفطرة . ولكنها تقمع بفضل القوانين والميل الى الخير . وقد ينجح العقل لدى البعض فى ضبطها فيخفت صوتها ، ولكنها تظل لدى البعض الآخر قوية كثيرة . وأعنى بهذه الرغبات تلك التى تستيقظ أثناء النوم عندما يهيج ذلك الجزء العاقل من النفس الذى يضبط الجزء الآخر ، فيتوثب الجزء العاقل من النفس الذى يضبط الجزء الآخر ، فيتوثب الجزء الحيوانى الهمجى فيهبز النوم وينطلق باحثا عن اشباع شهواته وكأنه أطرح كل حياء وحذر . وجملة القول أنه لايجزم اذ ذاك عن أى جنون أو اسفاف .

ولكن هذه الملاحظات وما اليها ، على ما فيها من نفاذ البصيرة ، لاتعدو أن تكون لمحات فى بعض جوانب الحلم . وظلت طبيعة الحلم تنتظر التفسير العلمى الدقيق منذ فجر التاريخ الى مطلع هذا القرن حين أشرقت عبقرية فرويد فاستنبط منهجا جديدا كشف به عن طبيعة الحلم والمرض النفسى معا لابل عن طبيعة النفس الانسانية بأسرها .

ويجدر بنا الآن أن ننظر في حلم ونحاول تفسيره بطريقة التحليل  
النفسى :

فتاة رأت في الحلم رجلا يحاول أن يمتطي فرسا صغيرا أسمر اللون  
عصبى المزاج فيفشل ثلاث مرات . فلما حاول المرة الرابعة نجح  
وانطلق يعدو بأفرس جيئة وذهابا .

ليس في هذا الحلم شيء غريب ، فهو مشهد عاды مما قد يراه  
الانسان في اليقظة ، فهل نقنع بذلك ونقول لعل هذه الفتاة قد  
رأت بالأمس منظرا من هذا القبيل فشغلها أثناء النوم ، ولكن لم  
شغلها هذا المنظر بالذات دون غيره من المناظر الكثيرة التي مرت بها  
في أمسيها . ولم فشل الرجل ثلاث مرات ونجح في الرابعة ثم لم  
لا نسأل الفتاة نفسها . أليست هي التي رأت هذا الحلم فلا بد أنها  
تعرف عنه أشياء لانعرفها نحن .

قالت هذه الفتاة عن الفرس الصغير أنه من نوع السيسى . ولما أطلقت  
خواطرها على سجيتها ذكرت أن أهلها ومعارفها يدعونها سوسو .  
وأن والدها كان أثناء طفولتها يدعوها أحيانا سيسى لكثرة قفزها وعدوها .

اذن فهي السيسى وهاهى ذى تنبسه الآن الى أن ما ذكرته من  
أوصاف الفرس ينطبق عليها : فهي أيضا سمراء اللون عصبية  
المزاج . لنسألها الآن عن الرجل الذى رآته في الحلم . قالت انها  
لا تعرفه . ثم ذكرت أنه كان يضع قفازه في يده بطريقة تشبه طريقة  
خطيبها ، وبقي أن نعرف شيئا عن المحاولات الثلاثة الفاشلة ، قالت  
انه لا يخطر لها شيء عن ذلك . ثم سكنت . وفجأة أحمر وجهها .  
ثم قالت بأنها خرجت مع خطيبها يوما للنزهة وتبادلا عبارات الحب  
والوفاء . ولاطفها خطيبها وامعن في ذلك ولكنها صدته في الوقت  
المناسب . وعاود ملاطفتها مرة ثانية فثالثة فكانت تردعه كل مرة  
في حزم . والآن اذا عدنا الى الحلم نجد أن الرجل حاول محاولة



رابعة فنجح فافرق واضح بين ما حدث في اليقظة وما حدث في الحلم وقد فطنت اليه الفتاة من تلقاء نفسها ، ولم تكن تدرك ذلك قبل تحليل الحلم .

يتضح اذن أن هذا الحلم لا يعرض لشيء عادي تافه وانما يعالج قصة الفتاة نفسها ، قصة حبها ، ونضالها مع نفسها . فعندما هجع عقلها أثناء النوم أتيح لاهوائها اندفينة أن تحقق ما لم يتحقق أثناء اليقظة . الحلم اذن نوع من الاخراج المسرحي تشخص فيه أهواؤنا فترتوى بعد ظمأ ، وتلبس من الاقنعة ما يخفى حقيقتها وتصطنع من اللغة أساليب العجاز والاستعارة والكناية . فشخص الخطيب لا يظهر سافرا في الحلم ولا يدل عليه الا أسلوبه في حمل انقفاز ، وصاحبة الحلم نفسها تتخذ صورة الفرس الصغير كناية عن شخصها . أما محور القصة فلا يشير اليه الا نجاح الفارس في محاولته الرابعة .

وغنى عن البيان أن مانرى في الحلم من استخفاء يقصد به مغافلة الدوافع التي تحض على العفه . فمهما غفت هذه الدوافع فهناك بقية من الصحو تزجر ، ويشبه الامر ما يتوسل به الصحفي من حيل في نشر خبر لا ترضى عنه الرقابة .

نستطيع اذن أن نقرر أن الحلم ابرغبة مكبوتة في صورة مقنعة . على أن الاقنعة التي يصطنعها الحلم لا ترجع فقط الى ضرورة مغافلة الرقابة وانما ترجع أيضا الى طبيعة الطبقات السفلى من العقل الانساني ، فهذه لا تخضع لقواعد المنطق التي يخضع لها عقلنا في أثناء الصحو . بل تسير وفق منطق أقرب الى منطق الطفل وانرجل المهجى . ومن هنا كانت أحداث الطفولة وانفعالاتها عظيمة الاثر في تكوين الحلم .

فهذا شاب يرى في الحلم رجلا صينيا يجلس اليه ويناقشه ثم يختفى الرجل الصينى فيرى نفسه بين أطفال يلعبون ويمرحون .

ولما فكر صاحب الحلم فى المكان الذى كان يمرح فيه الاطفال تداعت له صور من القرية التى قضى فيها طفولته يمرح مع أترابه ، أما عن الرجل الصينى فقد ذكر أنه لم يلتق فى حياته برجل صينى . ولما أرخى الحواطره العنان ، عادت اليه ذكريات من طفولته . فقال ان والده كان يسافر كثيرا لبعض أعماله . وعندما كانت تطول غيبته كان يرسل لاهله الهدايا . وفى يوم وصلهم صندوق فتحه فوجد به طقما من الصينى وكان هذا دليلا على أن والده ستطول غيبته ، فاذا عرفنا أن والد هذا الشاب رجل متزمت يضيق الخناق على أولاده فلا يكادون يستمتعون بشيء فى أثناء وجوده لوضح لنا معنى الحلم . أن صاحب الحلم يود أن يغيب أبوه وتطول غيبته كما كان يفعل قديما عندما وصلهم صندوق الصينى فتتاح له الاستمتاع بما يحرمه عليه أبوه .

على أن أخطر ما تكشف لنا عنه دراسة الأحلام هو ذلك الصراع الذى يقوم بين جوانب النفس وكأنه جزء من طبيعتها ، صراع يـدور حول تخيلات مما يميز التفكير السحرى لدى الطفل والرجل الهمجى والحلم الآتى يوضح بعض هذه الصفات . فتاة رأت فى الحلم أنها دخلت متجرا وابتاعت منه خاتما وبعض الملابس . وعندما ارتدتها بدت عليها واسعة مضحكة مسخر منها الحاضرون .

ذكرت الفتاة بصدد الملابس أنها كثيرا ما تاقى الى اقتناء الملابس الثمينة ، وأنها لاتستطيع أن تجارى أختها الكبرى فى هذا المضمار لأن أختها متزوجة من رجل ثرى يمكنها من كل ماتشتهى ، ثم ذكرت أن زوج أختها كان قد تقدم فى أول الأمر بطلب يدها ، ولكن والدها أقنعه بالزواج من الكبرى لان التقاليد تقضى بذلك . ثم قادتها خواطرها الى ذكريات الطفولة ، فقالت أن أختها كانت تتولى تربيتها ولكنها كانت تؤثر نفسها بأحسن المأكول والملبس . ثم تذكرت أنها أرادت يوما أن تجرب خاتما تملكه أختها فنهرتها عن ذلك فى قسوة وقالت لها : لن تأخذى شيئا أملكه إلا اذا وافانى الموت . وتذكرت

وجاء أن هذا الخاتم كان مرصعا بقص أسود شبيه بأزرار ملابس الحداد وقادها تداعى الخواطر الى قصة خاتم سليمان والى أن اسم زوج أختها سليمان . ثم الى رواية سمعتها من احدى صديقاتها ، خلاصتها أن والد هذه الصديقة كان قد اشترى خاتما لاخت لها أكبر منها ولكن الخاتم كان ضيقا على أختها ونم يدخل الا فى أصبع صديقتها ففازت به .

يتضح من مجموع هذه المستدعيات أن الحلم يحقق رغبات لا تستطيع الحاملة أن تصارح بها نفسها فى اليقظة . ففى الحلم مايدل على الحداد بشأن أختها فهى تقضى عليها بالموت فتفوز بسليمان وثروته . وهى تتوسل الى تحقيق ذلك كله بوسائل سحرية كما تدل على ذلك قصة خاتم سليمان . وجدير بالذكر أن فيما تداعى لها من الخواطر مايدل على أنها تنسج أخيلة تذكرنا بقصة سندزلا التى فازت بالامير زوجا دون اخواتها وذلك بفضل الحذاء الصغير الضيق الذى لايناسب الا قدمها الصغير .

حقا أن الحلم يبرزها فى ملابس واسعة لاضيقة . ولكن الحلم كثيرا ما يستخدم الشئ فى التعبير عن ضده وتلك سمة من سمات العقل البدائى ، فاللغات البدائية تزخر بالكلمات التى تدل على الشئ وضده فى آن واحد ، فضلا عما يهدف اليه ذلك من توقيع العقاب على صاحبة الحلم بما نالها من سخرية فيخف شعورها بالاثم ، وقدأبان التحليل النفسى أن هذه كلها نماذج تحتذيها الامراض النفسية ، كما تنسج على منوالها الاساطير الشعبية .

وخلاصة القول أن الحلم نافذة تطل على أعماق النفس يتسرامى البصر منها الى آفاق تصل الى طفولة الانسان لا بل الى فجر تاريخ الانسانية ومرال تطورها جميعا .





## مقارنة بين الحلم والمرض النفسى

لفت التشابه بين الحلم والمرض النفسى نظر الكثير من العلماء والفلاسفة ، فعبر الفيلسوف الألمانى شوبنهاور عن ذلك بقوله : « ان الحلم مرض نفسى قصير يستغرق الليل ، وأن المرض النفسى حلم طويل يستغرق الليل والنهار » ، ويتضح لنا سداد هذه المقارنة التى يعقدها شوبنهاور بين الحلم والمرض النفسى اذا ذكرنا اننا نتصرف فى أحلامنا كالمجانين ، ألسنا نؤمن اثناء النوم بما نرى ونظنه حقيقة واقعة مهما كان مغربا كما يؤمن المجنون بأوهامه وهذيانه ، وغنى عن البيان أن هذه القضية خاضعة للإمكانات الحالية للبحث العلمى .

على أن التحليل النفسى يذهب الى أبعد من ذلك ، فقد بين أن طبيعة العمليات النفسية هى فى الحلم والمرض النفسى ، بحيث أصبح تحليل الأحلام أقرب طريق لفهم المرض النفسى وعلاجه .

وأخطر من ذلك أن الدليل يقوم اليوم على أن الاصحاء يصدرون أحيانا فى يقظتهم عن أحوال نفسية لا تختلف فى جوهرها عما تجرى به الأحلام وما تنشأ عنه الأمراض النفسية ، وفى الحالة الآتية ما يوضح كل ذلك .

مريض فى الثلاثين من عمره ذو ثقافة عالية وذكاء ملحوظ ، كان يعالج بالتحليل النفسى من أعراض أهمها قلق شديد واضطراب بالغ فى حياته الزوجية ، وذات يوم كان منبطحا على بطنه يدق مسـمارا بمطرقة فانتابه اذ ذاك ألم حاد فى الناحية اليمنى من صدره ، واتضح من الفحص أن هذا الألم ( نورالجيا ) أى ألم أعصاب ما بين الضلوع ، وقد وصف المريض ألمه بقوله : « كأنما أصابتنى ضربة سكين » ، ولما

أرسل المريض خواطره على سجيتها ذكر أنه يحس بالسخط والغضب على زوجته لجفوتها أياه ولاهمالها شئونه ، وفي أثناء هذا الحديث الغاضب تعثر لسانه فوق في فلتة لسانية مزدوجة فقال : أن زوجته كانت تنتظر منه أن يضرب لها السكين ، ثم استدرك وقال أن يضرب لها التليفون ، ثم استدرك مرة ثانية فقال : انه هو الذى كان ينتظر منها أن تضرب له التليفون .

ومن خواطره في الجلسة نفسها أن حواء خرجت من ضلع آدم الأيمن أى من مثل الموضع الذى يحس فيه الألم ، وقد رأيناه في بدء الجلسة حانقا على زوجته ، وهما هو يقرن بين موضع ألمه وبين منشأ حواء ، فهل تكون هناك علاقة بين زوجته أى حوائه وبين الألم الذى انتابه في جنبه .

وقد يجدر بنا أن نتساءل لم فلت لسان المريض فقال ضرب السكين بدلا من ضرب التليفون ، هل كان ذلك مصادفة بعثه ، نفسرها بأنه سبق له أن شبه آلة بضربة السكين ، ولكن لم يقم لفظ من عبارة سابقة نفسه في عبارة لاحقة أكان ذلك لاندفاعه في الحديث تحت تأثير الغضب . ولكن الا يوحى اليينا الغضبان الذى يذكر السكين بدلا من التليفون بان غضبه فتاك . ان الحكمة الشعبية تقرر ان المرء يقع بلسانه . وكلنا نعرف أن لساننا يزل فنفسح عما كنا نريد اخفاه وقد أدرك الشعراء هذه الحقيقة النفسية فنرى شكسبير في مسرحية تاجر البندقية يستخدم فلتات اللسان في أداء فنى رائع فيجعل بورشيا تبوح بحبها لبسانيو عن غير قصد .

بقى أن نعرف معنى الفلتة اللسانية الثانية عندما قال المريض أن زوجته كانت تنتظر منه التليفون بدلا من قوله أنه هو الذى ينتظر منها التليفون . اننا نعلم انه هو الذى كان يضرب مسمارا بمطرقة . ومع ذلك فهو الذى أحس اذ ذاك بضربة السكين . تعبر هذه الفلتة الثانية عن انقلاب في الاوضاع فأصبح الفاعل مفعولا به أيضا .

يخلص لنا من مجموعة خواطره وفلتات لسانه فى هذه الجلسة أن  
ثمة علاقة وثيقة بين غضبه من زوجته وما انتابه من ألم حاد فى أثناء  
طرق المسمار .

وقد أتى المريض فى الجلسة التالية بحلم رأى فيه نفسه فى مكان ذكره  
بالمكان الذى لقى فيه زوجته لأول مرة . ثم دخل دهليزا وجد فيه عاملا  
يخرق حائطا يفصل الدهليز عن حجرة واسعة . وقد ذكر له العامل أن  
رئيسه أمره أن يضع مرآة فى المكان المخروق من الحائط . ولما خرج  
وجد سيارته فى وضع محاذ لافريز الشارع لاعمودى عليه كما كان قد  
تركها ، فكان ذلك موضع دهشته .

وكانت الخواطر التى تداعت مع صور هذا الحلم أن العامل ذكره بنفسه  
يوم كان يدق المسمار وأصابه الألم ، وأن المرأة ذكرته بأنه وقف يوما  
مع زوجته أمام مرآة يتأملان صورتيهما فيها ، ثم خطرت له هذه الحقيقة  
البديهية وهى أن المرأة تعكس الصورة ، وقاده التداعى الى الحديث عن  
زوجته وأثارها لسخطه عليها وعدم أجترائه على اظهار هذا السخط .  
أما الرئيس فهو رمز واضح للسلطان وخاصة للسلطان الأبوى وما يقوم  
مقامه من نواهى الضمير وأوامره .

والآن نستطيع أن نستشف معانى الحلم . فواضح أن العامل الذى  
يخرق الحائط يصور المريض مدفوعا الى العدوان العنيف نحو زوجته  
ففى لفظ الحرق ما يوحى بعدوان قوى . ولكن أمر رئيسه حاسم فى أن  
توضع مرآة مكان الجزء المخروق بين الحائط فلا بد من أن يرتد العدوان  
الى فاعله كما تعكس المرآة الاشعة الواقعة عليها .

أما وضع السيارة فى محاذة الافريز بعد وضعها عمودية عليه فهو يشير  
الى ما كان يصيبه من تخاذل واسترخاء منعا للعدوان والقتال نحو زوجته ،  
واذا قربنا الآن بين ما تداعى للمريض من الخواطر الخاصة بخلق حواء من  
ضلع آدم المقابل لموضع المله . والخاصة بالفلتة اللسانية التى استبدل

فيها ضرب السكين بضرب التليفون ، كما استبدل فيها انتظار زوجته التليفون بانتظاره هو ، وهو استبدال يوحى بوقوع الشيء لغير من قصد به - اذا قربنا بين كل هذابين معانى الحلم لاتضح لنا أن طرق المسمار يوم أصابه الألم قام لديه مقاما لاشعوريا مقام الفعل العدوانى نحو زوجته . أما الألم فقد قام مقام ارتداد العدوان اليه .

على أن ثمة مايدل على أن هذا العدوان المرتد لاينال صاحبه فحسب بل ينال أيضا الشخص المقصود بالعدوان . ذلك أن المحب يجعل حبيبه بعض نفسه فى نوع من التوحد ، كما كانت حواء بغض آدم ، والحلم الآتى الذى ذكره المريض فى الجلسة التالية يوضح كل ماقدمناه .

فقد رأى رجلا مستلقيا على نحو يشبه استلقاءه هو فى أثناء التحليل على حد قوله . وقد أصيب الرجل المستلقى بطعنة خنجر من شخص اليه حاول اخفاء الخنجر فافتضح وتبين فى اخر الامر أن المصاب هو زوجة المريض .

ونجد هذا النمط فى حياته الواقعية . فقد كان تخاذله فى حياته الزوجية مبعث ضيق لزوجته بالرغم من أنه يهدف أصلا الى منع العدوان عنها .

والذى يهمنا من هذا كله هو التشابه العميق بين بنيان المرض النفسى وبنيان الحلم ثم بنيان بعض الاحوال النفسية لدى الاسوياء مثل فلتات اللسان وما اليها . فلاشك أن ماقلت به لسان المريض أمر قد يقع لاي انسان سليم . ومع ذلك فقد وضح لنا أن بواعث هذه الفلته هى نفس بواعث المرض النفسى وهى كذلك نفس بواعث الحلم . كما وضح لنا أن تكوين الفلته والحلم والمرض النفسى واحد فى أساسه .

فقد تبين لنا من التحليل أن الألم لدى المريض نشأ من تخيل عدوانى عنيف نحو زوجته ففضى عليه ضميره وحبه لها أن يردده الى نفسه . فعندما كان يطرق المسمار صور له خياله أنه يطرقه فى زوجته ، ومن



الجلى أن الأمر جميعه لم يعد نطاق الخيال ، وهذه سمة أساسية فى  
الامراض النفسية والاحلام معا ، أعنى أن الخيال يعادل الواقع والنية  
تساوى الفعل •

وخلاصة القول أن الاحلام تقوم لدينا بوظيفة التنفس عما تضطرب  
به نفوسنا من الانفعالات والاهواء • ولكن مرجل الانفعالات قد يصل  
الى درجة بالغة من الغليان فلا يفلح صمام الاحلام فى تصريف ضغطها •  
عند ذلك لا يجد الانسان بدا من اصطناع نوع من الحلم فى أثناء اليقظة  
وأعنى به المرض النفسى ، هذا الا اذا اتاحت له مواهبه أن يفرغ أحلامه فى  
لون من ألوان الابداع الفنى كالشعر ينشده أو الانغام يعزفها •



## النسيان

ذهبت لزيارة صديقي في مكتبه ، فرحب بي ، ثم استدعى الخادم لكي يحضر لنا القهوة . ولكنه ما كاد يناديه حتى بدا عليه أنه ناداه باسم آخر غير اسمه فأعاد النداء وحاول أن يذكر الاسم الصحيح دون جدوى فارتفعت نبرات صوته تنم عن الغضب ، كان هذا الخادم المسكين مستول عما حل بصديقي من النسيان ، وانتهى بأن ناداه بعباره : يا اسمك ايه انت ، وكأنه يستذكر ذكر الاسم .

ثم التفت الى صديقي وبدا عليه شيء من الحزى لما فعل ، وكنت أعرف عنه طبيعة القلب والرحمة بالإناس فأيقنت ان ما صدر منه انما يرجع الى سبب من هذه الاسباب التي تغيب عن الادراك ولا يكشف عنها الا التحليل .

قال صديقي بصوت متهدج : والله يا أخي ان امرى مع هذا الخادم لغريب . فلا أكاد املك نفسي اذا حضر فأحتد عليه لاتفه الاسباب . وقد رأيت كيف انسيت اسمه . وان النسيان ليلج على فلا يستطيع أن أذكر اسمه مهما تكرر ذكره على سمعي . ثم سكت . ولعله رأى في اصغائي اليه واهتمامي بما يقول دليلا على اني لا أحمل له لوما ، فانبسطت أسارير وجهه وقال بصوت هاديء : هل لك أن توضح لي أيها الصديق أسباب النسيان .

فقلت : لقد كنا بصدد نسيانك لاسم خادمك . أفلا ترى أنه أجدر بنا أن ننظر في أسباب هذا النسيان الخاص .

قال صديقي : ولكني لا أعرف ما يجعلني أنسى اسمه . ثم انى كثيرا

ما أنسيت أسماء أخرى • وانه ليحزنتنى أن يحول النسيان بينى وبين تنفيذ الكثير مما أعقد العزم عليه • ولهذا فقد رغبت اليك أن تحدثنى عن النسيان •

فقلت : اننى أعجب بلباقتك فى اقناعى بالعدول عن الخوض فى أمر نسيانك لاسم خادمك • و:بك لتؤثر أن القى عليك محاضرة فى النسيان عامة فلا نمس شيئا من أحوالك الخاصة • وان الدافع الى نسيانك اسم خادمك لهو نفسه الذى يدفعك الآن الى العزوف عن البحث فى أسباب هذا النسيان بالذات •

قال صديقى مبتسما : قد يكون الحق فى جانبك • والآن أخبرنى • ماذا أصنع حتى أعينك على الكشف عن أسباب نسيان اسم الخادم • فقلت : وما اسمه

قال صديقى : أمهلنى لحظة • ان اسم الدكرورى يحضرنى كالعادة • ولكن هذا ليس اسم خادمى • وانما يسمى باسم يقترب فى جرسه من اسم الدكرورى • هلا نادينا الخادم وسألناه عن اسمه •

فقلت : هون عليك • وحاول الآن أن ترسل خواطرك على سبجيتها فتذكر لى ما يتداعى لك بصدد اسم الدكرورى •

فتريث صديقى ثم قال : الدكرورى • هذا اسم غريب • لا أعرف أحدا يحمل هذا الاسم • ومع ذلك فان المنطق يشير الى أنه لابد أن يكون لهذا الاسم قصة طواها النسيان والا لما الح على هذا اللاحاح • والحق أن لهذا الاسم صدى فى نفسى ولكنى لا أعرف كنهه • وهنا ارتسمت على وجهه أمارات الجد ثم الدهشة ثم السرور الفياض وصياح قائلا : الدكرورى • ياللعجب • كيف لا أذكر الدكرورى • زميلى فى المدرسة الابتدائية • ثم تجهم وجهه قليلا وقال : ومنافسى فى الدراسة والالعب الرياضية • وقد أحرز شيئا من السبق فى الالعب الرياضية ، ولكنى



تفوقت عليه نفوقا ساحقا في الدراسة • وكم سخرت منه لبلادته  
وأشبعته غرور طفولتي بالتندر عليه •

فقلت : لعلك أدركت الآن لم يقحم هذا الاسم نفسه عليك كلما  
أردت أن تذكر اسم الخادم • فقال : لا بد أن ذلك لأنه يشبع في نفسي  
نوعا من الغرور • ولكن ما حاجتي الى ذلك بصدد هذا الخادم •

فقلت : قد أستطيع أن أعينك الآن • ان اسم الدكروزي يرضى  
كبرياءك • أفلا تظن أن اسم الخادم يتصل بقصة تؤذى كبرياءك ، فكأن  
نسيانك لاسمه وتذكرك اسم الدكروزي قلب للاوضاع وتصحيح لها  
وفق هواك • وأن ••

فقاطعني قائلا : مهلا • لقد تذكرت اسم الخادم • انه يدعى الكردي  
لعنة الله عليه • لا أقصد الخادم وانما رجلا يحمل هذا الاسم أهانني  
أهانة حزت في نفسي ، فقد طاب له أن يستغل سلطانه ويسخر مني  
سخرية لاذعة • ولم أفق مما نالني منه الا بعد أن شيعني الى الباب  
بضحكات ظل صداها يدوي في أذني أياما • ثم سكت صديقي وعادت  
اليه ابتسامته فقال : لقد فهمت الآن سبب غضبي من الخادم ونسياني  
اسمه • ولكن ألا ترى انه من الجبن أن أفرغ غضبي على هذا المسكين  
لمجرد أنه يحمل اسم شخص أبغضه •

فقلت : هذا هو منطق العاطفة أيها الصديق • فقد تذكر ذلك المشهد  
من مسرحية يوليوس قيصر لشكسبير عندما يثور شعب روما بعد اغتيال  
القيصر ، فاذا ببعض الثوار يلقون رجلا فيسألونه عن اسمه فيخبرهم  
أنه يدعى سنا • فيصيح أحدهم : اقتلوه • أنه أحد اللذين قتلوا القيصر  
فيرد قائلا : انني سنا الشاعر • لست سنا القاتل فيصيح بعضهم : هذا  
أمر لا أهمية له • أقتلوا اسمه من قلبه ثم أخلوا سبيله •

قال صديقي : لقد فهمت عنك ورضيت عن نفسي • ولكن هل ترى  
انه بجوزي أن أقيس على ما تبين لي من التحليل السابق فأقرر أن النسيان  
يكون دائما بسبب شيء يؤذى مشاعرنا •

فقلت : انك لا تعدو الحقيقة في هذا القياس . واذا أردت صيغة أقرب الى الدقة فقد ينبغي لنا أن نقول : أن النسيان ضرب من الفرار ووسيلة لتفادي الألم سواء أكان الألم متصلا بما تنسى أو كان نتيجة محتومة اذا نحن اعترفنا لانفسنا بما نكره أن نعترف به . فأنت عندما تنسى ميعادا ضربته لصديق . فذلك لانك تكره أن تعترف لنفسك أنك راغب عنه ، ويؤلمك أن تقطن الى ذلك . وجلة القول أن النسيان ينشأ من وجود تيار من الحواطر خفى يحجر على الذاكرة ويعتقل الذكريات .

قال صديقي : اننى أرى الكثير من الحق فيما تقول . ومع ذلك كيف تستقيم قاعدة تفادي الألم مع ما نعرف من الحاج الذكريات المؤلمة ، نطردها فتعود كالذباب العنيد .

فقلت : كنت أتوقع منك هذا الاعتراض . والجواب عليه سهل ميسور . ولكنه يقتضينا أن نستعين بخبرتنا في الامراض النفسية . فقد تعلم أن الامراض النفسية تستند الى نسيان الاحداث التى مرت بنا فى الطفولة . وان ما نذكره منها يكون عادة مفككا متناثرا ، لا يعدو أن يكون ستارا يخفى ذكريات موجهة . واليك قصة مريضة توضح ذلك .

سيدة كانت زاهدة فى انجاب الاطفال . فلما أنجبت طفلا حل بها مرض نفسى خطير . فكانت تفزع من الاقتراب منه ، واصيبت بفقدان الشهية وعافت شرب اللبن والحساء حتى ساءت حالتها . وقد تبين أثناء التحليل أنها لا تذكرحادثة مؤلمة وقعت لها فى السنة الثالثة من عمرها . فقد رأت مربيتها تقدم اللبن لكلب صغير فى وعاء كان مخصصا لها هى فأغضبها ذلك ورفضت الكلب رفسة ألمته فجرى يعوى الى الشارع حيث دهمته سيارة قتلتة . وقد ألمتها هذه الحادثة ألما شديدا . وظلت ذكرها تعاودها فتستثيرمكامن حزنها . فأنت ترى أيها الصديق أن ذلك يؤيد اعتراضك . ولكن انظر ما تبين بعد ذلك من التحليل . فقد نسيت

هذه السيدة انه كان لها أخ أصغر منها توفي وهو في المهد . وعادت اليها هذه الذكرى بعد شهور طويلة من التحليل ، كما عادت اليها الملابس التي أدت الى وفاته . فقد أحفظها أن يجيء هذا المولود ويحل محلها على ثدى أمها . ودفعتها الغيرة يوما فضربتته على رأسه ضربة صرخ لها . واتفق أن أصيب بعد فترة من الوقت بإسهال حاد قضى عليه فوقر في ذهنها أنها كانت السبب في وفاته ، وقد خلفت هذه الاحداث في نفسها شعورا بالاثم عظيما ، لم تقو على الخلاص منه الا بنفى هذه الذكريات من ذهنها نفيا تاما . ولكنها بقيت مع ذلك فعالة في أعماقها فأخذها الفزع عندما أنجبت طفلها كأنها تخشى عليه من نفسها ووقعت في برائن المرض .

ولكن المهم لدينا في هذا كله ان حادثة الكلب ظلت ما ثلة في ذهنها تلح عليها وتؤلمها . ولكنها كما ترى لا تعدل في ألمها ألم ذكرياتها عن أخيها . ولعلك فطنت الآن الى أن ذكرى حادثة الكلب لم تكن الاستارا يحجب ذكرى حادثة أخيها ويشير اليها من طرف خفي ، فيؤلمها الما بجانبه يهون الألم الآخر .

قال صديقي : لقد ارتاحت نفسي لما بينت لي . ولكن خبرني أيها الصديق كيف السبيل الى الخلاص من آفة النسيان .

فقلت لقد رأيت ما انتهجنا من أمر نسيان اسم الخادم . فغليك بمجاهدة النفس وتتبع خواطرك ، فسترى انك ستبلغ شيئا فشيئا ما تبغيه من البر .

قال صديقي : ولكن الا ترى أن هذا طريق وعر فيه عنت ومشقة . فقلت : وهل يبلغ الانسان غاية الا بالجهد يبذله .





## قرحة المعدة

أعترى اوساط الاطباء شبه هزة من الدهشة منذ نحو خمس وعشرين سنة . نخلت ، يوم فاجأها رجل من كبار جراحى العالم ، فأعلن فى حفل طبى كبير أنه يرى أن قرحة المعدة تنشأ من التوترات الانفعالية أى من أسباب نفسية . ولم تكن الدهشة لطرافة الفكرة أو لخروجها عن المألوف فحسب بل لمجيئها على لسان رجل أنفق حياته فى دراسة أعضاء الجسم وجراحته ، فلم تكن العوامل النفسية فى صحة الجسم مما يعنى به .

لقد كان الرأى الطبى يجمع على ان قرحة المعدة تنشأ من اختلال فحواه أن غشاء المعدة يتأكل من فعل عصيرها الحامض ، مثله فى ذلك مثل الطعام . ولكن الاسباب المؤدية الى هذا الاختلال الوظيفى بقيت غامضة . حتى تلاحقت الأدلة فى السنوات العشرين الاخيرة تثبت تأثير الانفعالات النفسية فى وظائف المعدة ، وما تحدثه من اضطراب خطير قد يؤدى فى النهاية الى آفة القرحة .

وقد جاء الدليل الحاسم على صحة هذا الرأى فى مشاهدات لحالة فريدة كان الصبى « توم » يرقب موعد العشاء فى لهفة فدخل المطبخ ورأى حساء شهيا يغلى على النار ، فشرب منه ملعقة الهبت حلقه واحترق منها المرء . وتطور الامر حتى انسد الطريق الى المعدة انسدادا تاما ، واضطر الجراح الى أن يئبأ له فتحة خارجية فى المعدة أشبه شئ بفم معدى . فكان يمضغ طعامه ويصبه فى أنبوبة تدخل الى المعدة عن طريق هذه الفتحة .

ولما تقدمت به السن استضافه طبيب كبير فى معمله وأخذ يرصد خلال هذه الفتحة تأثير الانفعالات فى غشاء المعدة وفى حركة جدرانها

فتبين أن الانفعالات تستثير حركة بالغة وافرازا حمضيا عظيما • واذا دامت هذه التغيرات زمنا طويلا واشتد فعلها ظهرت فى غشاء المعدة بقع من النزيف ومظاهر تقرح ، لا تثبت اذا طال بها الأمد أن تتحول الى قرحات حقه •

بقى أن نعرف ما طبيعة هذه الانفعالات وما مصدرها وكيف تؤدي الى هذه النتائج الخطيرة • ولا بد لنا من اصطناع منهج التحليل النفسى لبلوغ ما نريد • تدلنا الملاحظة على انتشار قرحة المعدة لدى الطموحين من رجال الاعمال ، ويدل سلوك المرضى بآفة القرحة على أنهم ينزعون فى غير هواده الى مواجهة العقبات ومغالبتها فنرى المريض وكأنه يوعز : « انسى رجل القدرة والنشاط والانتاج ، واننى أهل للمنع وتقديم العون للناس وتحمل التبعات ، أحرص على أن يتوكل على الناس وأن أكون الزعيم المقتدر لا يعوزنى شئ ولا أسأل أحدا • »

ولكن التحليل النفسى يكشف عما يخفيه هذا السلوك الظاهر من ميول دقيقة هي نقيض هذا السلوك ، ميول قوية الى أن يكونوا موضع الحب والعطف ، ورغبة ملحة فى تلقى العون والاتكال على الغير • كما يدل التحليل على أن هؤلاء المرضى ينكرون على أنفسهم هذه الميول الدفينة فيكتمونها فى أعماقهم ويقوم فى أنفسهم بشأنها صراع خفى عنيف •

يبدو اذن أن ما يميز سلوك هؤلاء المرضى هو التنكر لما يراودهم من حاجة الى التماس الحب والركون الى الغير • فعوضا عن أن يتلقوا من الغير نراهم يبذلون العطاء وعوضا عن الاعتماد على الآخرين نراهم يجهدون فى سبيل الاستقلال والاكتفاء الذاتى ولكن هذا التنكر لميولهم الدفينة وهذا السلوك المضاد لما يتلهفون عليه فى قرارة انفسهم يضاعف من الحاح هذه الميول ويزيد من ظمئهم الى أن يكونوا موضع العناية والحب •

أما الدافع الى تنكر هؤلاء المرضى لميولهم الدفينة فهو ما يشعرون بما تنطوى عليه من عودة الى مرحلة الطفولة ، حين كان الطفل حاضينا معتمدا على أبويه ، لا يقوى الا على تلقي الحب والعون منهما . وغنى عن البيان أن هذه صفات لا تلائم الشخصية الناضجة ، فلا بد لهم من نبذها

وليس من العسير أن نتبين العلاقة بين ما يدور من صراع فى نفوس هؤلاء المرضى وبين اختلال وظائف المعدة لديهم . ذلك بأن الميل الى تلقي الحب والعون يرتبط ارتباطا وثيقا بعمليات التغذية منذ الطفولة الاولى حين كان الطفل يتلقى الحب والغذاء معا من يد واحدة . فالام حين تحتضن طفلها لترضعه ثديها إنما تهبه فوق ذلك حرارة صدرها وحنان قبلاتها .

يقترن اذن تناول الطعام بتلقى الحب منذ فجر الحياة ، بحيث يصبح استقبال الطعام رمزا وبشيرا بقدوم الحب . ويصبح الجوع دعاء للطعام والحب معا .

وعندما توصل سبل التنفيس دون الميل الى التماس الحب ، فإن الحرمان الذى يفرضه هؤلاء المرضى على أنفسهم لا يلبث أن يستثير وظائف التغذية ، فتتشبط المعدة الى الحركة والى افراز عصيرها كأنها تتأهب لاستقبال الطعام . وكلما كان التنكر لهذه الميول عظيما كان الحاحها شديدا ، وكان بديلها الفسيولوجى أعنى نشاط المعدة الى الافراز كبيرا .

ولكن افراز المعدة فى هذه الظروف ليس طبيعيا لانه غير مقترن بتناول الطعام بحيث ان تدفق العصير المعدى الحامض مع خلوها من الطعام لابد أن ينتهى الى اضطراب مزمن قد ينتهى الى تآكل غشاء المعدة وتكوين القرحة .

ونعرف اليوم أن كثيرا من الناس يجدون في اقبالهم الشديد على الأكل بديلا من التماس الحب فيصابون بالسمنة ، ويظهر ذلك واضحا في اقبال الكثير من النساء على أكل الحلوى .

ويحسن بى الآن أن أورد حالة تبرز فيها الملابس النفسية الخاصة بنشأة قرحة المعدة فى وضوح . كان مريض يبلغ من العمر ٤٦ عاما موضع عناية أمه وتدليلها الفائق أثناء طفولته . وقد تزوج من امرأة ذات شخصية ممتازة متوقعا أن يكون موضع تدليلها . ولكنها عوضا عن ذلك كرسست نفسها لمهنتها ونالت فيها نجاحا وتوفيقا عظيمين . فاضطر زوجها زودا عن كرامته أن يبذل قصارى جهده حتى يفوز على الأقل بما يعادل ما فازت به زوجته من كسب ومركز اجتماعى . وانطلق فى عاصفة من النشاط فما لبث أن ظهرت عليه أعراض مؤذنة باختلال خطير فى المعدة ، أخصبها آلام لاحقة للهضم وحموضة بالغة مزمنة . ودامت هذه الأعراض ثمانى عشرة سنة دل الفحص فى نهايتها على وجود قرحة معدية ، وبعد مرور سنتين أخريين عانى المريض نزيفا معديا . واتيح له عقب هذا النزيف أن يتعرف الى امرأة لينة الجانب قليلة الطموح تزوجها فبذلت له عطايا وحنانا كأنها أم ، فما لبث أن برىء من أعراضه التى شقى بها عشرين عاما .

يتضح اذن من دراسة حياة هذا المريض أن ظهور قرحة المعدة لديه جاء على عقب حرمانه من أشباع حاجته الى تلقى العطف والعناية ، واضطراره مقهورا أن يسلك مسلك الشخص المقتدر الناضج . ولكن هذه الحالة فريدة فى أن الحرمان فيها جاء من ظروف خارجية هى شخصية زوجته وموقفها منه ، على أن الحرمان فى الحالات المعتادة ينشأ من تنكر المريض من تلقاء نفسه لميوله السلبية ، وجهاده فى سبيل عدم الاعتراف بها .

ان التأمل فى كل ما أسلفنا يعود بالذاكرة الى قول أفلاطون : « وما ينبغي لك أن تحاول شفاء الجسم دون شفاء الروح ، وان ذلك لهو

السبب فى أن شفاء الكثير من الامراض يمتنع على أطباء اليونان • لانهم يغفلون الكائن بوصفه كلا • ذلك أن الجزء لا يمكن أن يكون سليما الا اذا كان الكل سليما • وان أكبر الخطأ فى أيامنا هذه فى علاج الجسم أن الاطباء يفصلون بين الجسم والنفس •

لقد اقتضى الامر أكثر من الفين سنة حتى يقوم الدليل العلمى على صحة هذه الحقائق الانسانية ، وحتى أصبح الطبيب فى وقتنا هذا يحرص على استقصاء أحوال النفس حرصه على استقصاء أحوال الجسم ابتغاء شفاء مريضه شفاء حقا •





## القمار

جلست الى صديق نتجاذب أطراف الحديث ، وجاء ذكر تحريم القمار  
فسألنى : ما رأى عندك فى داء القمار ؟

فقلت : هل سميت القمار داء على سبيل المجاز أم أنك تدخله فعلا  
فى نطاق الامراض .

فقال صديقى : والله لا أدري . اننا نرى المرء وكأنه فقد صوابه ،  
فلا هو على بيته مبق ولا هو لمستقبل عياله مذكر . كل هذا لان الموائد  
الخضراء قد بهرتة وكأنه مجذوب اليها بسحر ساحر . ومع ذلك قد  
يكون الرجل ذكيا مشهورا بكفايته . فوالله لا أدري ما يكون الحكم على  
صاحب هذا الداء .

فقلت : اما أن القمار قد يكون داء أعنى مرضا نفسيا فهذا أمر لا  
شك فيه .

وقد تعلم أن الانتحار نهاية الكثيرين من المقامرین .

واما أن المريض بداء القمار قد يرى رأى السيد لغيره ولا يراه  
لنفسه فهذا أمر شائع فى الامراض النفسية .

قال صديقى : خبرنى اذن ما طبيعة هذا المرض واما أسرار النفسية  
فقلت : ان ظمأك للمعرفة خليك أن يحفزنى على تبسيط الامر لك على  
ما فيه من تعقيد . فدعنى أبدأ فأقص عليك قصة مقامر ذاع صيته فى  
ميدان الادب وأعنى به دستيفسكى . فلم يكن يكف عن اللعب حتى  
يخسر آخر ما يملك من نقود . وعندما كانت خسارته تسلمه الى الفاقة

كان يستمد من ذلك لونا من النذرة المرضية ، فيجهر أمام زوجته بخسته ودنائه ويوعز اليها أن تعنفه وتحقره ، ثم يعود الى سيرته في اليوم التالي . وقد اعتادت زوجته هذا الاسلوب الغريب من زوجها ووطنت نفسها على الصبر فقد لاحظت أن زوجها لم يكن يحسن الكتابة مثل ما كان يحسنها بعد أن يفقد آخر ما يملك .

فكان انتاجه الادبي يصل اذ ذاك الى أوج الروعة .

ولا بد أنك قد فطنت أيها الصديق الى حقيقة الامر . فقد كان دستيفسكى يعانى من مشاعر الاثم المرضى . فاذا ما أشبع رغبته فى عقاب نفسه بما كان يخسر ، كانت تزول عنه غمة الاثم فيسمح لنفسه اذ ذاك ببعض النجاح .

قال صديقى : لقد فهمت عنك . أن المقامر ين استهدفون الخسارة تكفيرا عن شعور بالاثم . ولكن خبرنى ما مصدر هذا الاثم .

فقلت : قد ينبغى لنا أن نعرف أولا كيف يؤدى الشعور بالاثم الى داء القمار دون غيره من الامراض النفسية . ولعلك تعيننى فتصف لى ما يتميز به المقامر .

قال صديقى : أكثر ما يلفت النظر لدى المقامر أنه لا يعتبر ، فلا تشنيه الخسارة عن معاودة اللعب .

فقلت : اذا كان المقامر لا يعتبر ، فذلك لانه يؤمن ايمانا راسخا بأن الحظ لا بد أن يواتيه ، دون أن يكون هناك دليل من المنطق على ذلك ولا زلت أذكر حالة محام نابغة كان يدمن لعب القمار . وكان لا يفتأ يؤكد لزوجته أن الحظ لابد أن يبتسم له يوما فيفوز بثروة عظيمة .

وقد تبين أثناء التحليل أن ما يسميه الحظ لم يكن الا رمزا يخفى وراءه شخصية والده . فقد دله والده تدليلا عظيما أثناء السنوات الاولى

من عمره ، فكان يلبي له كل طلب ، ثم حرمه فجأة مما كان يؤثره به ، وفرض عليه أساليب من السلوك شقت عليه . وقد اتسمت حياته بعد ذلك بسمة ظهرت على غيرها من السمات ، فكانت تصرفاته كلها تنم عن ثقته في أنه يستحق تعويضا . فكانه في ارتياد اندية القمار وإيمانه بأنه لابد أن يكسب كان يعرب عن يقينه بما له من حقوق قبل الحظ أى قبل والده ، ومن ثم فهو يتوقع أن يرد اليه ما كان يتمتع به أثناء الطفولة فيجاب له كل مطلب . وما عليه إلا أن يهز الزهر ويلقيه أو يتحس الورق حتى يأتيه ما يريد .

وقد دلتنا التجربة أيها الصديق على أن المقامر ين جميعا يشتركون في هذا الوهم الغريب . فهم يقيمون على إيمانهم بالربح لأنهم راغبون فيه . وغنى عن البيان أن هذا الوهم المنافي للمنطق مما يتصف به تفكير الطفل . وذلك أن مبادرة الوالدين لأجابة مطالبه عند أول إشارة يبدئها يلقي في روحه أن لارادته سلطانا مطلقا . فيكفيه أن يقول كن فيكون ، مثله في ذلك مثل الرجل الهمجي الذي يظن أن في تعويضته قدرة لا حد لها . ولا يقلع الطفل عن وهمه في قدراته السحرية إلا عند ما يصطدم بالواقع ، فيتعلم أن رغباته شيء وتنفيذها شيء آخر يقتضى منه بذلا للجهد ومعالجة الأمور بالروية ، ويدرك في نفسه مرارة معنى المستحيل .

ولكن بعض الناس لا يطبقون هذا التحول من التفكير السحري إلى التفكير الواقعي ، ويضيقون بما يفرض عليهم من النواهي ، فيظلون طوال حياتهم ساخطين على معاني العقل والمنطق والواقع ، ويتنبئون باستعادة ما كان لهم من سلطان الإرادة المطلق .

ومن الجلي أن موائد القمار تهيو لهذا النفر من الناس فرصة زائدة يعلنون فيها عصيانهم على المنطق ، ويسيرون فيها الدليل على سخافة العقل . فها هي أمور قائمة لا ينتظمها أن منطقها هو نفر يكسب ونفر يخسر وفقا لورق لا عقل له ولا منطق . انه أسلوب يتحدى

الواقع يرجع بالمقامر الى دنيا الطفولة فينفض عن نفسه قواعد التربية المنطقية ويعود ساحرا ، يكفيه أن يتحسس ورق اللعب حتى يأتيه ما يريد .

قال صديقي : لقد فهمت ما بينت لي . ان المقامر لا يعدو أن يكون طفلا مشاكسا يتحدى سلطة الوالدين ويتشبث بملذات الطفولة .

فقلت : مادمت قد فطنت الى ذلك فعلى أن أوضح لك مسألة ذات خطر فقد تعلم أن المقامر يستشعر أثناء اللعب انفعالات معينة هي مزيج من القلق والبهجة والاهتياج تجعله يتعشق اللعب ويظن أن مبعثها المخاطرة ولكن الدليل يقوم لدينا على أن هذه الانفعالات من نوع انفعالات الغريزة لدى المراهق . واليك مثالا يوضح ذلك : شاب كان كلما اضطجع في فراشه بعد الظهر أسرع ضربات قلبه ، وتصبب عرقه وأحس حرارة وارتعاشا في أطرافه ، ثم اعتاد بعد ذلك لعب القمار فاخفت هذه الاعراض . ولما اضطر الى الامتناع عن القمار عادت اليه أعراضه . وقد تبين أثناء التحليل ، أنه عندما كان مراهقا كان يأوى الى فراشه بعد الظهر ويرخي لحياله العنان مدفوعا بغريزة المراهق . وينشط في ذلك نشاطا كبيرا . ثم امتنع عن نشاطه خوفا على صحته . وبعد فترة ظهرت عليه أعراض ارتعاش اليد وضربات القلب كلما آوى الى فراشه بعد الظهر . فلما اعتاد لعب القمار وجعل يستمتع بتحسس الورق أو هز الزهر في يده اختفت أعراضه .

قال صديقي : عجبا . ولكن المقامر ين ليسوا مراهقين .

فقلت : لاشك أنهم ليسوا مراهقين من حيث السن ولكنهم يعانون نقصا في نضجهم العاطفي حتى ليتشبثون بملذات الطفولة فلا عجب أن ترى حياتهم الغريزية قد توقفت عند مرحلة المراهقة فلا يجدون متعة الا فيما يستمتع به المراهق ، فضلا عما يتضمنه ذلك من تحد لنواهي الوالد .



وقد عبر دستيفسكى أوضح تعبير عن مشاعر العصيان والتحدى فى قصة « المقامر » فقال : « لقد ربحت فى خمس دقائق أربعمائة قطعة من الذهب . وكان يجب على أن أترك مائدة القمار اذ ذاك . ولكن شعورا غريبا بأن أتحدى القدر غمرنى ، وكأني أردت أن أصنع القدر على وجهه ، وغنى عن البيان أن من تلقى الصفحة هو دستيفسكى عند ما خسر ما كسب وما كان يملك . »

وقد بينت لك أيها الصديق أن معانى القدر والحظ وما اليهما رموز تشير فى ذهن المقامر الى الوالد وماله من سلطة . ومن الطبيعى أن عصيان الوالد والسخرية منه وامتهان سلطانه أمور تستثير بالضرورة شعورا باللائم عظيما يستوجب العقاب بالتعرض للخسارة على موائد القمار . وقد تنحصر هذه البواعث وما ينتج عنها من صراع فى لعب القمار وحده ، ولكنها قد تطفئ لدى بعض المقامرين على سلوكهم جميعه فتصبح حياتهم كلها مقامرة .

قال صديقى : لقد ذكرنى حديثك هذا بملك كان يجلس على العرش فى بلد أمين . وكان مولعا بالقمار ، وسلك فى حياته مسلك المقامر فتحدى ما تواضع عليه الناس جميعا فخسر عرشه .

فقلت : لقد سمعت عن قصته . ولعلك تذكر أنه كان كلما تلقى لطمة من الاقدار سارع الى قبر أبيه يخشع أمامه ، وكأنه تلقى اللطمه منه ، فثاب الى رشده وجاء يستغفر . ولكنه كان يعود لسيرته فى اليوم التالى استجلابا للطمات أخرى . لقد أراد به أبوه أن يسلك مسلك الملوك فتحداه وسلك مسلك السوقه ، وسخر من القيم الانسانية جميعا : قيم العقل والمنطق والخلق . وما زال فى غيه حتى هدم بيت أبيه على رأسه ورأس أسرته جميعا ، فشفى بذلك غليله وتلقى عقابه معا .

قال صديقى : ولكن ما مصدر كل هذا الاضطراب وكل هذا الشقاء . قلت : هذه أيها الصديق قصة أخرى لعلنا نعود إليها فى لقاء آخر .



## هذيان عاطل أساسه المنطق السليم

إذا أتيحت لواحد منا زيارة لمستشفى الأمراض العقلية ووقف يصغي لما يقوله بعض نزلائه فإنه لا يلبث أن تأخذه الدهشة وقد يمتلكه الاسى لما يسمع من هؤلاء المساكين . انه يعرف اللغة التي يتحدثون بها ولكنه لا يفهم عنهم . وإذا فهم شيئاً فإنه ينكر منطقهم ، لانه مغرب شديد الاغراب . وسينتهى بأن يحكم على ما يقولون بأنه هذيان عاطل عن المنطق . لا دلالة له ولا معنى الا التخبط على غير هدى . على أننا اذا سلطنا أضواء التحليل النفسى على ما ندعوه هذياناً لوضح لنا أنه يصدر عن منطق ويحمل معنى ودلالة مهما استخفى علينا المعنى وغاب عنا ادراكه . وفى قصة المريضة الآتية ما يقوم دليلاً على ذلك .

عانس فى الخمسين من عمرها ، كانت امرأة موهوبة شـهـد لها الكثيرون ببراعتها الأدبية ، وكانت تختلف الى المجتمعات وتأنس الى الناس ويأنسون اليها . ولكن سيرتها تغيرت شيئاً فشيئاً تغيراً عميقاً فقد أقلعت عن صحبة المعارف والاصدقاء ، وانزوت فى بيتها ، وبدأ عليها عزوف عن مباحج الحياة . ثم كان أن طغت عليها موجة من الحزن صمدت لها فى بادئ الامر ولكنها جاوزت ما تطيق ، فأصابتها نوبة من الاكتئاب العميق ، وعصفت بها تزمات حادة من القلق مصحوبة بأفكار من نوع الهذيان .

ويدور هذيانها حول فكرة واحدة خلاصتها أنه سيلفى بها الى الشارع عازية حيث تظل وحيدة تعاني الجوع والبرد حتى يأتيها الموت . وبالرغم من أنها كانت تدرك من حين لآخر سخافة هذه الفكرة ، فقد كانت

تلح عليها الحاحا شديدا ، فتفصح عنها حيناً بلا اكتراث وحيناً آخر تضرع الى الله أن يحقق بها ذلك عاجلاً فترتاح من عذاب الانتظار . ومع ذلك فقد كان الفرع يأخذها أحيانا فتصيح مذعورة : « انهم قادمون . لا تتركونهم يأخذوني ويلقون بى فى الشارع . رحمة بى » غير أنها كانت تعود فتجزم بأنها لا تستحق غير هذه النهاية ، وانه من العدل أن يكون عقابها قاسيا على هذا النحو . فاذا سألت عما ارتكبت من ذنب حتى قضت على نفسها بهذا القضاء الرهيب ، لم تكن تستطيع أن تبرر ادانتها لنفسها الا بأسباب تافهة .

قالت هذه المريضة أن مرضها بدأ عقب هرب كلبها الصغير الذى كانت قد تعنقت به تعلنا شديدا . ولكن كيف يمكن أن يقع الانسان فريسة لمرض نفسى خطير لمجرد حزنه على فقدان كلب . ان هذا التأويل لا يصح فى الاذهان . فلنسمعها اذن تسرد تاريخ حياتها الغلنا نستوضح جلية الامر .

تحدثت المريضة فذكرت أنها كانت تقيم فى طفولتها مع والديها وأخت تصغرها بثمانية أعوام . وكانت هذه الأخت تمتاز عليها بقدر وافر من الجمال جعلها موضع حب والديها ، فأثار ذلك فى نفسها شعورا عنيفا بالغيرة . ومضت السنوات فاذا بها تستبدل بكراهيتها لاختها حبا عظيما وعناية فائقة عندما توفيت أمهما ، واضطرها الامر أن تقوم بدور الام نحو هذه الأخت الصغرى . غير أن بركان الغيرة القديم ما لبث أن أطلق حممه فى صور مقنعة ، فنهضت تذود عن أختها ، واتخذ ذلك كله شكل أعراض وسواسية : فكانت تحس أن من واجبها أن تكرر كل عمل تقوم به عدة مرات ، لان شعورا داخليا كان يهيب بها أن تفعل ذلك خشية أن يصيب أختها العزيزة مكروه مثلا كان عليها كل ليلة أن تستوثق مرات ومرات من أن خزان البوتاجاز الموجود بجوار غرفة أختها مقفل اقفالا محكما .

ومضت الاعوام وتوفى أبوها فاضطرت الى البحث عن عمل تعيش منه هي واختها الصغرى ولم تجد غير وظيفة بسيطة باحدى المؤسسات فكانت تنفق النهار فى عمل شاق لقاء أجر زهيد . وشعرت بما تكلفت من ارهاق وتضحيات من أجل أختها ، ولكنها تقبلت ذلك عن طيب خاطر وزادت فأحاطت أختها الصغرى بكل عنايتها وعطفها . وفى غمرة هذا الارهاق وذلك الانضال من أجل العيش، زالت عنها أعراضها الوسواسية

وعاشت الاختان سنوات عديدة منعزلتين : الاخت الكبرى منهمكة فى تضحياتها العظيمة والصغرى منصرفة الى محاولات تافهة فى أن تصبح كاتبة مرموقة . ولكن هذه الحياة التى وثقت بينهما لم تلبث أن انقطع حبلها عندما خطبت الصغرى وتزوجت ثم سافرت مع زوجها الى بلد آخر ، دون أن تفكر فيما سيؤول اليه أمر أختها بشجاعة ، بل بدا عليها السرور لما ظفرت به أختها من سعادة ، وظلت تعاني من الوحدة مع كلب صغير اقتنته بعد رحيل أختها . وبعد مرور نحو سنة من رحيل أختها فقدت كلبها . عند ذلك أصيبت بأعراض الاكتئاب الشديد والهذيان التى سبق وصفها .

يتضح مما تقدم أن حزن المريضة الشديد على فقدان الكلب لم يكن الا حزنا جاء متأخرا على فقدانها أختها . طالما أن كل حياتها العاطفية كانت تركزت فى العناية بهذه الاخت . كما يتضح أنها استطاعت فى بادئ الامر أن تعزى نفسها بالعناية بكلب صغير ، فلما فقدت الكلب ضاع عزاؤها .

غير أنه يحق لنا أن نسأل لم اضطرت الى اخفاء حزنها عند رحيل أختها حتى انفجر هذا الانفجار الشديد بعد فقدان الكلب . هل كان ذلك لأنها رأت أن العرف يوجب عليها أن تفرح لا أن تحزن لما فازت

به أختها من سعادة . ولكن هذا الفراق المفاجيء لا بد أنه هز كيانها هزا عنيفا . فقد ارتبطت حياتها بوجود هذه الاخت ارتباطا وثيقا ،



حتى لم تكن تعرف لنفسها هدفا في الحياة غير اغداق الحب عليها . ان  
أى انسان لا بد أن يثور ويفضب ويستمطر اللعنات على من يسلبه  
سلواه في الحياة . ولكن من سلبها ذلك لم يكن الا أختها موضع حبها .  
فلو أنها غضبت واستمطرت عليها اللعنات لاحست أنها آثمة مذنبه .  
ونحن نعلم أنها كانت تحس فعلا بالاثم الشديد . ألم تكن تردد في  
هذيانها أنها لا تستحق الا أن يلقي بها الى العراء حتى تموت من الجوع  
والبرد .

اننا نرى الآن في جلاء مأساة هذه العانس البائسة . لقد عصرها  
الحزن الشديد على فقدان أختها محط آمالها في الحياة ، وامتلات نفسها  
غيظا مدمرا وكراهية لما فعلت أختها . لم يكن اذن بد من أن تغمض  
عينها عن الكراهية وازادة الشر فلم تصارح نفسها حتى بالحزن على  
فراق أختها . ولكن رنين الاثم لوجود هذه الكراهية المستمرة جعل  
يدوى في صدرها ، حتى فاض بها الكيل فطواها أعصار من الهذيان .

وليس من العسير أن ندرك لم اشتد شعورها بالاثم حتى بلغ هذا  
المبلغ من العنف والصرامة فلم تقو حتى على الاعتراف بما ساورها من  
خيبة الأمل . ذلك أن شعورا بالاثم قديما كان يقف لها بالمرصاد منذ  
أن اضطربت في نفسها نيران الغيرة من أختها ابان سنوات الطفولة .  
وقد شاهدنا جهادها الطويل الشاق في كبح جماح كراهيتها القديمة  
وما قدمت من قربان لتخفيف شعورها القديم بالاثم عندما كرس  
حياتها لخدمة أختها ، وتكلفت من التضحيات ما تكلفت . فلما استثرت  
لديها الكراهية من جديد عند فراق أختها لها تجاوبت لديها أصدا  
الشعور بالاثم بين ارجاء الماضي والحاضر .

بغى أن نعرف لم اتخذ هذيانها تلك الصورة بالذات ، أعنى أشفاقها  
ورغبتها معا في أن يلقي بها في الشارع عازية حتى تموت جوعا . اننا  
نعلم أن أختها تدين لها بالشئ الكثير . لقد كانت الاخت الصغرى طفلة

لا تقدر على الكفاح فى سبيل العيش عندما توفى أبوها • فلولا ما قامت به الاخت الكبرى لهامت على وجهها ووقعت فى براثن الجوع والبرد • وهامى تسلك مسلك الناصر للجميل فتهجر أختها وتذرهما مكسورة الفؤاد • لقد أحفظ ذلك نفس المريضة فحكمت على أختها الجاحدة بما كان سيؤول اليه أمرها لولا ما قدمت لها من عون • يتضح اذن أن المقصود أصلا بتلك النهاية المروعة انما هى الاخت الصغرى • ولكن شعور المريضة بالاثم لما يعتلج فى نفسها من رغبات قاتلة أرغمها على أن تجعل نفسها هدفا لهذه الرغبات عوضا عن أختها •

وهكذا فان هذان هذه المريضة لم يعد شيئا نابيا يستغلق على الفهم انه يستند الى منطق لا يقل حبكة عن المنطق العادى وان اختلف فى موازينه وبنياته عنه •



## ازدواج العاطفة

نقرأ فى الكتاب الهندي القديم بها جافادجينا العبارات الآتية :  
« أى بهارتا ! ان الكائنات جميعا تضرب هذا الكون متخبطة من هذيان  
الاضداد الناشئة من الجذب والندفع . ان الذى تخلص من الاضداد  
يسهل عليه أن يتحرر من العبودية » . لمست اذن الحكمة الهندية  
القديمة هذه الحقيقة النفسية اترهيبية : حقيقة اضطراب النفس بين  
النقيضين ، وامتزاج الأضداد فيها ، حتى لنكره ما نحب أو نحب ما نكره .  
فلا غرابة أن نقرأ لافلاطون فى حوار المائدة ما يقوله السيبياذ عن  
سقراط : « كثيرا ما وددت أن يموت ، ومع ذلك فانى اعلم انه لو حدث  
هذا ، لكان شقائى عظيما . لقد اسقط فى يدى وجانبى الرشيد فى  
أمرى معه » .

ومن المفارقات فى تاريخ معرفة الانسان بنفسه ان الشعراء والادباء  
سبقوا علماء النفس فى الكشف عن سمات هامة فى طبيعة النفس .  
ومثال ذلك موضوع هذا الحديث ، أعنى ظاهرة التناقض العاطفى  
أو ثنائية العاطفة أى وجود عاطفتين متناقضتين كالحب والكراهة ازاء  
شخص بعينه . وليس من العسير أن ندرك لم فات علماء النفس القدامى  
ان يفطنوا الى هذه الحقيقة النفسية . فقد نحى هؤلاء العلماء نحو  
نظرائهم من علماء الطبيعة واستوحوا قوانين المنطق فى بحوثهم فاستحال عليهم  
أن يدركوا ما يتعارض مع هذه القوانين ، على حين أن الشعراء والادباء  
أجاز لهم التعرف أن يغفلوا التناقض المنطقى ويستوحوا منطق العاطفة ،  
وخولت لهم روعة الفن ان يفصحوا عما لا يجوز الافصاح عنه . ولم  
يقو العلم على النفاذ الى مجاهل النفس الا عندما استعار التحليل

النفسي من الفنان قدرته عن الحدس ثم اخضعها لمقتضيات البحث العلمي .

ومما اعان التحليل النفسي على الكشف عن كثير من مستغلقات النفس أن مادة بحثه الاولى هي الامراض النفسية وفيها يظهر الكثير من مكامن النفس سافرا . ففي مرض الفصام مثلا نجد مريضة بهذا المرض تنادى حبيبها بقونها : « ايها الشيطان ، ايها الملاك . ايها البغيض ، ايها الحبيب » . وقد قيل أنه عندما تكره المرأة فلابد أنها تحب أو أنها قد أحبت أو أنها ستحب . والواقع أن الانسان السليم لا يستشعر عادة في وقت بعينه الا عاطفة واحدة وتظل العاطفة المضادة مكبوتة مستترة . وقد يحدث ما يبعث العاطفة المستترة الى الظهور فتحل محل العاطفة الاولى ، ثم قد تظهر العاطفة الاولى على ثانية من جديد وهكذا دواليك . أما لدى المريض بالفصام فان العاطفتين المتناقضتين تتنازعانه في نفس الوقت ويعلن عنهما بعبارات الايجاب والنفى معا ، وهذا مما يدعونا أن ننكر سلوكه ونحكم عليه بالحبل فهذا مريض يريد أن يأكل ولكنه في الوقت نفسه راغب عن الاكل فهو يدفع بالملعة الى فمه ثم يسارع الى ابعادها عنه وهكذا عشرات المرات . ومن المظاهر المؤوفة في مستشفيات الامراض العقلية ان ترى المرضى بالفصام يعلنون كراهيتهم وحقدهم على الطبيب لانهم يظنون انه يدس السم لهم ثم لا يلبثون أن يعربوا عن تعلقهم به وحبهم الاكيد له .

ويجدر بنا الآن أن نشير الى أن الاضداد تتجاوز في مفهومها الذهني وترتبط بعضها ببعض في دلالتها النفسية . فاذا سألنا شخصا عن أول شيء يتبادر الى ذهنه عندما يسمع كلمة اللون الابيض فأغلب الظن أنه سيقول اللون الاسود . ونجد اللفظ في كثير من اللغات يعبر عن الشيء وضده ففي لسان العرب الجلل هو الامر الصغير ، والجلل هو الامر العظيم أيضا . بل ان كلمة الضمد لا تعني المخالف فقط



وانما تعنى النظر أيضا . وكلمة المولى تعنى السيد وتعنى العبد . وفى الاحلام وهى لغة بدائية تفصح عن رغبات النفس الدفينة نجد الشيء يدل على نفسه أو على ضده . فالسكون التمام فى الصورة الظاهرة للحلم قد يدل على الحركة العنيفة والسر قد تدل عليه العلانية ممثلة فى جموع غفيرة وهكذا .

ومن المظاهر النفسية المألوفة أن تبرز الشفقة كغطاء المقسوة . وقد فطن الاديب والمؤرخ الفرنسى ميشليه الى ذلك فقال : « ان الشفقة تستند على أساس دفين من القسوة ويبدو أن أعظم مظاهر الشفقة تلهبها لذة مشاهدة التألم » . وقد تبين من سيرة تولستوى الملقب بنبي الرحمة أنه كان يحذق تعذيب أفراد عشيرته ممن أعرضوا عن مثله العليا . فكان سلوكه الرحيم لم يكن إلا انتصارا على نزعته الى انقسوة والعنف . أما الحب والكراهية فنجد كلا منهما يستخدم لاختفاء الآخر . نرى الشاب يستشعر الكراهية عندما يكون الحب محظورا ، فيستشعر الكراهية نحو زوجة أخيه مثلا وهو فى قرارة نفسه يهيم بها . وبالعكس عندما تكون الكراهية موجهة الى شخص لا يصح أن يكون موضع الكراهية نجد الحب لهذا الشخص يتسم بالمغالاة .

والامر الذى لاشك فيه أن جميع هذه الاتجاهات العكسية التى ذكرنا تستند الى الظاهرة النفسية الاساسية التى احدثكم عنها الليلة أعنى ظاهرة ازدواج العاطفة ، فيستخدم أحد شقى الازدواج فى مغالبة الشق الآخر . ويقوم الدليل العلمى على أن ازدواج الحب والكراهية يوجد بقدر لدى كل انسان ، لان حب الذات يستثير كراهية المحبوب الذى يستأثر بجزء من حب الانسان لنفسه . وقد فطن راسين الى هذه الحقيقة عندما قال فى مسرحية اندروماك « لقد بلغ حبى له مبلغا لا يسعنى معه الا ان ابغضه » .

هذه المأساة الانسانية ، أو هكذا يراها الانسان ، قد تكلفته شططا .

ولننظر الآن فيما يحدث عندما نرجع كفة الكراهية رجاءنا شديدا . فهذا شاب مريض بالوسواس خرج يوما فوجد قطعة من الحجر ملقاة في الطريق العام . وكان يعرف أن خطيبته المحبوبة ستمر بعربتها بعد قليل في هذا الطريق فخشى أن تصطدم عربتها بالحجر فتقلب بها وينالها من ذلك أذى عظيم . فبادر إلى نقل الحجر إلى مكان قصي ومضى في طريقه . ولكنه ما لبث أن فكر فيما فعل فبدأ له أنه أنى أمرا سخيفا لا يتفق مع المنطق ، فقفل راجعا وأعاد الحجر إلى مكانه الأول . وقد قام هذا المريض بما قام به مدفوعا بدافع قاهر لا يملك الفك من منه كما هو الحال عادة لدى مرضى الوسواس . وواضح أن عاداته تلجج إلى مكانه الأول لا يفسره . كما ظن المريض ، أن ما فعله أولا كان أمرا سخيفا لأن السخف هو أن يقفل راجعا لكي يعيد الحجر إلى مكانه . وإنما التفسير الصحيح لعاداته تلجج هو اندفاعه بدافع الكراهية نحو حبيبته بعد أن اندفع بدافع الحب في بادئ الأمر . وقد كان من عادة هذا المريض أن يدعو الله في صلواته أن يحفظ حبيبته من كل سوء . ولكن شيطانا خبيثا كان يدرسه في دعائه الفاظ النفى بحيث أصبح دعاؤه استنزالا للنقمة بدلا من الرحمة عليها . — ولو أجاز هذا المريض لنفسه أن يستشعر الكراهية نحو حبيبته ، لما أبهظ كامله بالمرض ، ولكنه أصر أن يكون ملاكا ، فأصبح إنسانا شقيا .

وينبغي لنا الآن أن نبحث في أصول هذا الازدواج وخاصة في أسباب رجحان كفة الكراهية . ولعل في تاريخ الحب والكراهية وتطورهما لدى الفرد ما يلقي ضوءا على ذلك . تدلنا الملاحظة على أن الطفل لا يدرك الحب إلا بوصفه بدلا من والديه له واشباعا لرغباته . فهو راض قرير العين طالما يتلقى منهما حاجته من الحب . أما الحب بوصفه بدلا للغير ومنحاهم خالصا من شوائب الكراهية الشديدة فهو مرحلة من النضج العاطفي لا يبلغها الفرد إلا بعد اكتمال نموه ، ولا يبلغها عند ذلك إلا قلة منا .

فاذا نظرنا نظرة فاحصة لذلك الحب الاول لتبين لنا أنه ليس خلوا من مظاهر العنف العدوانى فالرضيع عندما يشيع فى نفسه الامن والرضى من حرارة حضن أمه ، ويتعلق بثديها ، لا يركن الى السكون ، بل نراه يحيط هذا الثدي بنزاعيه ، ويعض بفكيه فيه ، وكأنه يريد أن يحتويه ويدمجه فى كيانه . ولكن هذا الإحتواء والادماج انما هما نوع من التحطيم والهدم . ونلمس أساس هذا الحب انفى الاول فى وصفنا المرأة الجميلة بأنها حلوة . وفى التعبير الدارج طعمة تتأكل . ولكن الامر يتعدويكاد ينذر بالشر عندما يعانى الطفل الوان الحرمان والصد، مما يستثير حفيظته ويغلب لديه عنصر البغضاء ، عند ذلك نراه جانقا مغيظا يود لو الحق الأذى بمحبوبه وشفى غليله منه ، ويصبح الموقف شبيها بموقف فردريك وليم ملك بروسيا الذى كان يضرب اتباعه بالسوط صائحا : « لايجب أن تخافونى بل يجب أن تحبونى » . وقد عبر طه حسين أحسن تعبير عن مخلفات هذه المشاعر لدى الانسان البالغ فكتب فى احلام شهر زاد : « كان الملك يائسا أشد اليأس من شهر زاد قدعجز عن فهمها . . فكان عليها ساخطا أشد السخط ، وكان لها محبا أشد الحب . . هنالك كانت خواطر نفسه تصطبغ بحمرة ادم . فقد كان يرى نفسه مقبلا على شهر زاد يضمها اليه ضما شديدا عنيفا ، ويهدى اليها قبلات محرقة ملتهبة . حتى اذا بلغ به الحب والهيام أقصاه ، أغمد خنجره الدقيق فى صدرها الناصع الجميل ، وتلفى ما يفيض به هذا ينبوع من دمها الحار ، فلعله يشفى ما كان يجد من هذا الظمأ الذى لا شفاء له »

على وأن ما يقوله الادباء وما ينشده الشعراء عما يكابده الانسان من الازدواج العاطفى منذرعين بروعة الفن، لايجيزه الناس عادة لانفسهم ، ولا يرضون الا بانكار الكراهية وشن الحرب عليها . حرب يشقون بها ويتعذبون فى معاركها وقد يلوذون بالمرض تخليصا للحب من شوائب الكراهية . ولكن الشعراء قد فطنوا لهذا أيضا فتغنوا بحلاوة العذاب من أجل الحبيب .



## الضمير

ذاعت عن الفيلسوف « هوبز » عبارة يصف بها سيرة الانسان مع أخيه الانسان ترجمتها : « الانسان للانسان ذئب » غير أن علم النفس الحديث يرى أن هذه القضية لا تعبر الا عن نصف الحقيقة ، أما قول الأديب الانجليزي « اسكار ويلد » : « أن الضمير خرافة يعتنقها الناس جميعا » فقضية يراها علم النفس خاطئة من أساسها ، ويقوم الدليل العلمى اليوم على أن الانسان يضمّر من الشر والخير معا أكثر مما يظن .

وفى الحالة الآتية ما يبرز هذه الحقيقة فى أوضح صورة :  
شاب موظف باحدى الشركات التجارية جاء يشكو اكتئابا وضيقا شديدين أقضا مضجعه واستبدا به فغاضت ابتسامته واستحالت حياته الى شقاء مقيم ، وأول ما استرعى انتباه الطبيب وهو يستفسره عن ملابسات هذا المرض ، أن ما انتاب هذا الشاب من اضطراب جاء عقب ترقيته الى منصب رئيس الموظفين ، وهو منصب كان يرنو اليه ويعمل جاهدا على بلوغه ويرى سعادته فى الظفر به ، ولكنه بدلا من أن يستشعر الرضى والسعادة عبث واكتأب وغدا شقيها ، وقد كان فى شيوع مثل هذه الحالات ماعى أطباء النفس الى أن يسيروا اليها بقولهم : « هؤلاء الذين يصرعهم النجاح » نرى المرء يجد وينصب حتى اذا أصبحت القطوف دانية دهمه المرض النفسى .

كان هذا الشاب وحيد أبويه ومات أبوه منذ أربع سنوات خلت ، كان الوالد فقيرا فلم يخلف لزوجه وولده الا الفاقة ، فأوعزت الأم الى ولدها أن يطلب من عم له ثرى عملا يرتزق منه ، ولكن العم خذله

وتولى عنه فوق ذلك فى نفسه موقعا سيئا ، وسعى الشاب حتى وجد عملا فى الشركة التى يعمل بها الآن ، فأقبل على عمله فى جد وإخلاص ، وأعجب به مدير الشركة واسترعى الشاب انتباهه بكفاءته فأفسح له المدير طريق الترقية حتى وصل بعد أربعة أعوام من الكفاح الى المنصب الرئيسى فى ادارة العمل بالشركة .

عندما بدأ هذا الشاب علاجه كان لواما لنفسه شديد التجريح والنقد لذاته وذكر أن خواطر الانتحار راودته ، وكان ضيقا بما طرأ عليه من تغيير فى سلوكه ازاء المدير ، فقد أصبح يرتبك فى محضره أشد الارتباك ويرتج عليه فلا يكاد يستطيع الإفصاح ، لقد كان الاستحياء دائما من طبعه ولكنه صار أخيرا يستشعر ما يشسبه الحزى فيلبس لباس الذلة والخنوع كلما واجه رئيسه ، ولم يعد يقوى على التحدث اليه دون أن يحمر وجهه ويخفض بصره الى الأرض ، وفى بعض حديثه لطيبه أعرب عن رأيه أنه غير أهل لما أسند اليه من مسؤوليات فى منصبه الجديد وذكر لطبيب أنه عندما منحه المدير مرتبا يتناسب مع وظيفته الجديدة رفض أن يقبله ، وعبر المريض عن دهشته لما فعل فقد كان يصبو دائما الى زيادة دخله .

وفى احدى الجلسات ذكر المريض أنه رأى الحلم الآتى :  
« رأى عمه الثرى وقد أصابه برد شديد نجم عنه التهاب فى الرئة أفضى به الى الموت » . . . وعندما ذكر المريض هذا الحلم لم يبد عليه اشفاق أو استحياء من أن يودى بعمه الى الموت فى أحلامه ، فقد خذله هذا الرجل فى وقت الشدة فاستحق احتقاره وكراهيته ، ولكن صلة المريض بعمه قد انقطعت منذ أربعة أعوام ولم يعد يذكره بخير ولا بشر ، فما حاجته الآن أن يحلم بموته ؟ .

لا بد لنا اذا أردنا أن نستشف حقيقة الأمر من اصطناع منهج التحليل النفسى فنسأل المريض أن يرسل خواطره على سجيتها ،



قاده توارد الخواطر بصدد ما رأى فى الحلم من اصابة بالبرد الى ما حدث بالأمس ، فقد اتصل به المدير تليفونيا من بيته وأخبره انه سيلزم الفراش لبرد أصابه ، ثم ذكر المريض بعد شئ من التردد وبلفظ متلعثم أن خاطرا غريبا راوده عقب هذا الحديث التليفونى . فقد أشفق أن يستفحل البرد عند المدير فيفضى الى التهاب فى الرئة ، قد تكون عواقبه وخيمة . يتلخص الأمر اذا فى أن خواطر الاصابة بالبرد المستفحل ، المفضى الى مرض خطير ينتهى بالموت ، أن هى الا خواطر راودته فعلا بصدد رئيسه ، ولكنها أخذت صورة الاشفاق والقلق على حياة المدير ، وهو أمر يبدو طبيعيا فقد أحسن اليه هذا الرجل وأكرمه ، أما فى الحلم فنراه ينقل هذه الخواطر ويجعل هدفها عمه الذى استحق مقتله ، فلا لوم عليه أن أهلكه فى أحلامه ، غير أننا نعلم أن موقف هذا الشاب من رئيسه قد تبدل منذ حين وأصبح غريبا نابيا ، فهو يستخزى منه ويتضاءل فى حضرته كأنه أتى منكرا ، وأخذت أسارير وجهه وما يبدو عليه من لهفة رهيبه تفصح جميعها عما يشبه الشعور بالاثم كلما قابل رئيسه ، فأى منكر أتى وأتى اثم يستشعر ؟ ..

اذا استعرضنا تاريخ هذا الشاب فى السنوات الأربع الأخيرة رأيناه يرتقى درجات سلم الوظائف فى الشركة فى عزم وقوة ، لقد كان كفئا ذكيا وكان فوق ذلك وثابا طموحا صوب القمة ، وضح توثبه وطموحه من اجتهاده ودأبه على التفوق كما وضح ذلك من حديثه عندما قال يوما يصف سيرته ، أنه لم يكن يكف عن الجهاد حتى يظفر بالقمة ، ونحن نعلم أنه نجح فى تسليق درجات سلم الوظائف فى الشركة حتى وصل الى أعلى الدرجات بعد المدير ، فهل يقف هذا الشاب الطموح دون القمة ؟ .. ولكن تبوأ القمة يعنى اقتراب المدير وهو يدين لهذا الرجل بكل شئ ويشعر نحوه بالحب والوفاء ، ان ضميره لينكر هذه الرغبة الآثمة ، ولكن هل يقنع طموحه بما دون القمة ؟ .. هذا الصراع النفسى المرير يجد متنفسا فى الحلم

الذى ذكرنا ، فهو يرضى طموحه بأن ينزل الموت يغريمه الذى يحتل مركز المصدارة بالشركة وهو فى الوقت نفسه يسكت ضميره بأن يقنع الموقف فيضع عمه المقوت فى مكان رئيسه فى الصورة الظاهرة للحلم .

والآن نستطيع أن نستوضح المعانى الكامنة وراء الأعراض التى كان يشكو منها هذا الشاب ، وليس من العسير أن نفهم لم صرعه المرض النفسى عندما رقى الى المنصب الرئيسى بعد المدير ، فقد الهبت هذه الترقية أطماعه وكانت فى دخيلة نفسه بمثابة اعلان الصراع بينه وبين المدير ، ولكن يقظة ضميره ردتة عن الالم وأنزلت به ما كان طموحه يريد أن ينزله بمن أحسن اليه ، فجعلت خواطر الانتحار تراوده وانطلق فى عاصفة من اللوم والتقريع لذاته ، أن قانون العين بالعين والسن بالسن قانون أزلى تقضى به محكمة الضمير غيابيا أو كما نقول فى الطب النفسى لا شعوريا ، فقد وسوس الطمع فى صدر هذا الشاب وأغراه برئيسه وزين له أن يسلبه منصبه ، فهب ضميره وحكم عليه بالفشل فى منصبه الذى رقى اليه ، وقد تم هذا كله دون أن يدري ما اقتترف ودون أن يفطن الى أن المرض الذى حل به انما هو العقاب على ماراوده من الالم ، فنحن نجد فى حالة هذا الشاب نموذجا للالم اللا شعورى الذى نلمسه فى سيرة الكثير من الناس ، نرى المرء يسطأى الرأس ويستخذى كالمذنب الالم وهو لم يقترب فى الحقيقة اثما ، فكان الضمير يصل فى قسوته وصرامته الى اعتبار نية الالم بمثابة ارتكاب الالم فعلا ، أما ما أصبح ينصف به هذا المريض من تخاذل وخنوع أمام رئيسه فهو مبالغة منه فى الحيلة مما تهدف اليه أطماعه ووسيلة يفوت بها عليها ما ترمى اليه ، فهو يود وفقا لأطماعه لو اغتصب منصب الرئيس وأصبح الأمر الناهى فى الشركة ، ولكنه بدلا من ذلك يتخذ موقف الخادم الذليل والتابع المغلوب على أمره ، ويصطنع

التهيب والرغبة والوجل ، وكذلك روضه زيادة مرتبه فما هو  
الا مناهضة لرغبته في الاستيلاء على كل شيء وهزيمة لها باصطناع  
ضدها ، ولا تختلف سيرة هذا المريض عن سيرة الكثير من الناس  
الأسوياء الا من حيث درجة الشدة في الانفعال والحدة في الاستجابة  
فلا يكاد يفلت واحد منا من قبضة الضمير ، وكلما نرى شخصا  
لا يشتغل لديه الضمير فيكبل نشاطه واقدامه ويتلف امكانياته  
وقدراته عندما تضطرب نفوسه ببعض الكراهية لمن يحب .

وقد فطن شكسبير الى أثر الضمير في سلوكنا فقال : « وهكذا  
فالضمير يسلمنا جميعا الى الجبن » .



## الخوف المعقول والقلق النفسى

اذا سألنا طبيباً نفسياً عن أكثر الأعراض المرضية انتشاراً لدى مرضى النفس لقال : الخوف المرضى أو القلق النفسى ، أعنى ذلك الخوف الذى تمتد جدوره الى سنوات الطفولة الأولى ، والذى لا يعرف له الانسان مصدراً معقولاً يصح فى الاذهان ، والذى يغلب الانسان على أمره ويستبد به فينذره لاحول له ولا قوة ، هناك اذن الخوف المعقول الذى يصدر عن أخطار واقعية تقبل المبالغة وهناك الخوف غير المعقول أى القلق النفسى .

فعندما نرى طفلاً يخاف ويعزع لأسباب غير معقولة فاننا نبتسم ، ونهون عليه الأمر ، ونحاول أن ندخل الطمأنينة الى نفسه ، ولا نرى فى خوفه شيئاً نابياً غريباً . فهو طفل لم تكتمل بعد قدرته على التمييز بين الواقع والخيال ، أما اذا رأينا شخصاً بالغاً ترتعد فرائصه ويتصبب عرقاً عند اجتياز الشارع مثلاً فاننا نعجب ، وننكر هذا السلوك ، ولكننا قلما نفطن الى أن هذا الخوف من نوع ما نشاهده لدى الأطفال ، هناك اذن رواسب أو مخالقات لمخاوف الطفولة لدى الانسان البالغ ، ينجح البعض فى ضبطها فتكون الصحة ، ويفشل البعض الآخر فيكون المرضى .

والسؤال الذى يتبادر الى الذهن الآن : متى يكون النجاح ومتى يكون الفشل فى ضبط مخاوف الطفولة ، وبعبارة أخرى : كيف يدرك الطفل فى النهاية ربوع الطمأنينة فلا يجزع وكيف يعوزه الشعور بالأمن فيظل وجلاً يرتاع لسبب ولغير سبب ، أننا لاشك نقع فى التبسيط المخل اذا حاولنا أرجاع أسباب الطمأنينة الى شيء

واحد ، ولكننا لا نعدو الحقيقة اذا قررنا أن الشعور بالأمن والطمأنينة  
يُمتنع علينا اذا لم تتوفر لنا الثقة في أنفسنا وفيمن نعاشر من  
الناس ، ولا تختلف أسباب الثقة في النفس عن أسباب الثقة في الغير  
كثيرا ، لأننا نستمد الثقة في أنفسنا من ثقة الناس فينا ، ورضاهم  
عنا ، وحسن تقبلهم لنا .

ان الطفل كالضيف ينزل في قوم غرباء ، فاذا أكرموا وفادته ،  
وطيبوا عيشه ، وأمنوا خوفه فانه يطمئن اليهم فيطمئن لنفسه ،  
وبقدر ما يفسحون له من مكانة بينهم تكون مكانته في نظر نفسه ،  
انه يسعى عندئذ الى التشبه بهم ووصطناع أساليبهم في الحياة ،  
فيزداد رضاهم عنه واعترافيهم به . ومن ثم تزداد معالم شخصيته  
وضوحا ، وتزداد قدماء رسوخا ، وفي عبارة واحدة أن الحب هو  
الترياق الشافي من الخوف .

أما الطفل المنبوذ الذي افتقد الحب الصادق ، فانه يظل طوال حياته  
يعصف به القلق . وكأنه مسافر بغير جواز سفر في رحلة الحياة .

وفي قصة المريضة الآتية ما يوضع بعض هذه المعاني :

سيدة أجنبية أعتقل زوجها ، وكان لها منه ولد . وفي أثناء  
اعتقاله فامت بينها وبين رجل من معارفها علاقة أدت الى الحمل ،  
أطلق سراح زوجها فسعت الى الطلاق منه حتى تم لها ما أرادت ، عند  
ذلك سعت الى الزواج من صديقها . ولكن الرجل جعل يراوغها  
وبدا منه مادل على نفوره وأعراضه عن الزواج منها ، غير أن السيدة  
عقدت العزم على الزواج منه مهما كلفها ذلك ، وجعلت تعلن على  
الملا' علاقتها بهذا الرجل . وتطلق اسمه على طفلها منه . وتستفسر  
عن الطريق القانوني لإرغامه على الزواج منها ، وأثقل الأمر كاهلها  
فاعتراها اضطراب وقلق وضيق . فالتمست العلاج .



أسرت هذه السيدة الى طبييها المعالج أنها تعتمد الحمل من ذلك الرجل دون أن تدرس لذلك سببا واضحا ، ولما لفت الطبيب نظرها الى أن زواجا يتم فى ظروف من الضغط وعلى غير رغبة من الرجل لا يمكن أن يسفر عن حياة سعيدة مستقرة ، أجابت أنها مدركة لذلك تماما ، غير أنها تصر مع ذلك على الزواج منه ، أما حجتها فى هذه الاصرار فهى ارادتها أن تصبح ابنتها منه شرعية .

ولكن اذا كان هدفها هو اصفاء صفة الشرعية على الطفلة ، فما الذى دعاها فى بادىء الأمر أن تعتمد الحمل من ذلك الرجل مع أنها غير حريصة على دوام علاقتها به ، ثم لم جعلت تعلن على الملأ فعلتها وتسعى الى الطلاق من زوجها، أما كانت تستطيع أن تخفى الأمر ، فتنشأ الطفلة فى كنف زوجها حاملة اسمه اذا كان هدفها شرعية الطفلة فحسب .

ان سلوك هذه السيدة متناقض يكتنفه الغموض من كل جانب ، ولكن لنسمعها تسرد تاريخ حياتها ، انفصل بالطلاق أبوها عن أمها عقب ولادتها مباشرة ، واحتفظ الأب بجميع أخوتها وأخواتها إلا هى ، فقد تركت فى رعاية احدى دور اليتامى ، ثم تبناها رجل وزوجته فأحاطاها بقصارى عطفهم فقضت سننى طفولتها الأولى عزيزة سعيدة ، ثم كان أن سمعت بعض ألسنة السوء تشير الى أن أصلها واهمال أبويها لها ، فوقع فى نفسها موقع الصاعقة ، واهتز له كيائها من أساسه ، ولما شبت راحت تبحث عن والديها ، فبان لها أن امها كانت مستهترة ، ولقيها أبوها بكثير من الجفاء ، ولم يخف عنها أنه فعل ما فعل ليقينه أنها لم تكن ابنته هو .

فى ضوء هذا التاريخ يبدو لنا سلوك هذه السيدة ازاء صديقها وازاء طفلتها غير الشرعية أقل غموضا ويزول عنه ذلك التنافس الذى كنا نحس به فى بادىء الأمر .

فمن الجلى أن صدى الماضى يدوى فى حاضر هذه السيدة ، وتبرز مشكلة الشرعية وعدم الشرعية فى ماضيها وحاضرها على السواء ، ولا يسعنا الا أن نفطن الى التشابه العظيم بين سلوكها وسلوك أمها ، وكأنها مدفوعة بقوة خفية الى أن تبعث من جديد كل المشاكل التى خلقتها أمها بسوء سلوكها ، وبعد شهور طويلة من التحليل قادها الحديث يوما الى ما كان من اهمال أمها لها ، فغدت نبرات صوتها تحاكي نبرات طفلة شقية تشكو من قسوة الدهر ، قالت فيما قالت : أما كان ينبغى لأمى أن تسعى الى الزواج من أبى الحقيقى ، فتمنحنى كيانا شرعيا وتؤمن حياتى ، وعندما نبهها الطبيب الى أن ماتراه كان واجبا على أمها أن تفعله معها – وفاتها أن تفعله – انما تفعله هى الآن وتحققه آزاء طفلتها ، عند ذلك انفجرت فى عاصفة من البكاء ، واختلط عليها الأمر ، فجعلت تشير حينما الى طفلتها وحينما الى نفسها عندما كانت طفلة ، وعندما هدأ روعها قالت : نعم لقد فطنت الآن الى حقيقة الأمر ، اننى فى محاولتى الآن أن أضفى صفة الشرعية على طفلتى كأننى أحاول أن أضفى صفة الشرعية على نفسى أنا ، فى شخص ابنتى ، الآن قد فطنت الى السبب الذى دفعنى الى أن أتعمد الحمل من ذلك الرجل وهو حاجتى أن أخلق موقفا يشبه موقفى عندما كنت طفلة ، وفطنت الآن أيضا الى مادفعنى الى التورط فى الطلاق والى الرغبة فى ازغام صديقى على الزواج منى ، وهو حاجتى الى أن أعالج موقفا شفيت به كل حياتى ، وكأننى فى كل هذا أردت أن أرجع عقارب الساعة الى الوراء فأبعث الماضى فى صورة تزيل الألم من نفسى ، وتحقق لى ما افتقدته من أمن وشعور بالحق فى الحياة ، ما أغبانى ، اننى حاولت أن أصلح ماوقع لى من سوء منذ ثلاثين عاما فنورطت فيما لا يقل سوءا .

لا أشك فى أنكم قد أدركتم من عبارات هذه السيدة جليلة الأمر ، لقد جاءت هذه السيدة تشكو الى الطبيب النفسى حالات من القلق والضيق والجزع لاتغه الأمور . فاستحالت حياتها الى شقاء مقيم .

وكانت فى سائر تصرفاتها فى حياتها اليومية تسير على نفس المنوال الذى شاهدها فى مشكلتها مع صديقها وطفلتها ، فتسلك سلوك من يبحث عن اثبات شرعيته وحقه ، كانت كلما وصلتها دعوة الى وليمة خامرها الشك فى حقيقة شعور الداعى نحوها ، وظنت أن الدعوة لا تعدوان تكون من قبيل الشكليات لا الرغبة الصحيحة فى وجودها ، فكانت تغالى فى تقديم الهدايا كأنها تشتري بذلك حقها فى الوجود مع غيرها من الناس ، ولم تكن ترضى لنفسها بشئ من متاع الدنيا المباح لكل انسان دون أن تستنبط الأسانيد والحجج التى تبرر حقها فى الاستمتاع به .

والمسألة الرئيسية فى حالة هذه السيدة البائسة انها لم تكن تدرك أن ثمة علاقة بين حياتها الراهنة وحياتها الماضية ، لم تكن تدرك أن ما تورطت فيه مع صديقها لم يكن مبعثه الحب له كما توهمت ، وأن موقفها من ابنتها لم يكن مبعثه الحذب عليها كما ادعت ، أنها كانت تخدع نفسها قبل ان تخدع غيرها عندما انسييت تفاصيل ماضيها ، ولم يكن هذا النسيان وذلك الخداع الا بمثابة الدواء المخدر الذى يتناوله المروج لكى يغفل عن ألمه ، ولكن بطلان الحس بالعلة لا يعنى استئصالها ، وسياسة النعمة لاتفضى الى زوال الخطر ، فقد وضع مما تقدم أن هذه السيدة لازالت كما كانت فى مطلع حياتها تفتقد الأمن وتناضل فى سبيل حق فى الحياة لم يعد ينكره عليها احد ، وواضح أن مأساة هذه السيدة كتبتها خبرات فى الطفولة توارت خلف ستار النسيان ، فاستطاعت أن تنسل خفية فى ثنايا الحاضر ، حتى اذا كشفتها ضياء التحليل زال أثرها مثلها فى ذلك مثل معالم مدينة بومبى ، التى وأراها الزمان تحت تراب جبل الفيزوف ، فحفظها من الفناء ، حتى اذا بعثتها يد التنقيب وتعرضت للضيء ، جعلت تتهافت وآلت الى السقوط .



## التناقض العاطفى

يحكى فى الأساطير اليونانية القديمة أن « تيريسياس » وهو شخصية فذة موهوبة جريئة ، كان يعلن أن « قل الحق الذى لا يقبله أحد » ، فى هذه الجملة البسيطة المنسوبة الى تيريسياس نستشف معنى عميقا يستثير الفكر . أن هناك من الحق ما يزور عنه الانسان ، كل انسان ، حتى ليرفضه ويجعله من الإباطيل . بل قد يذهب الانسان الى أبعد من ذلك فيغضب ، ثم يصب جام غضبه على من سولت له نفسه أن يقول الحق الذى لا يقبله أحد . وفى الاسطورة اليونانية أن الانهة « هيرا » غضبت عندما قال « تيريسياس » أن اتساء يولعن بالحب أكثر من الرجال . فاذا بها من غضبها تؤذيه فى عينيه ، فتجعله أعمى لا يبصر . وهكذا نرى أن الانسان منذ القدم يعرب عن خوفه وجزعه من مواجهة بعض الحقائق ، ويشفق من أن يفقد بصره اذا استباحته بصيرته النفاذ الى أعماق الحقيقة .

فى هذه المعانى نستطيع أن نجهل مكتشفات العلوم النفسية الحديثة ، بل فيها ما يفسر لنا ظاهرة تستلفت النظر : أعنى تخلف العلوم النفسية عن غيرها من العلوم . فقد نمت وازدهرت علوم الطبيعة فى يسر منذ عصر النهضة ، ثم لحقت بها علوم الاحياء ، بعد أن استطاع الانسان أن يوطن نفسه على احتمال الصدمة التى لقيها فى صيحة داروين . أما علوم النفس فقد تخلفت ، حتى كانت صيحة فرويد ، وكأنها طعنة أصابت مقتلًا من شخصية الانسان كما صورتها أوهام الانسان . اذن فالحق الذى لا يقبله أحد ، والذى كان يوصى

بقوله تيريسياس ، انما هو الحق الذى يكشف الحجاب عن اعماق النفس .

ان ثمة حقيقة تاريخية تتم عن معنى خليك بالتأمل . ذلك أن أهم ما نعرف اليوم عن أحوال النفس لم ينشأ فى المعامل ، ولم يصدر عن بحوث مرسومة كما يحدث عادة فى العلوم الطبيعية ، وانما نشأت معارفنا الراهنة عن النفس أول ما نشأت فى عيادات اطباء النفس . فالمرض النفسى هو الذى دفع ببعض المرضى أن يفصحوا لاطبائهم عما يدور فى نفوسهم ويقض مضاجعهم ، دفع بهم المرض الى افصاح ما كانوا يقدمون عليه لولا ما يعانون من شقاء ، حتى اذا اتيح للانسانية طبيب استطاع أن يتجمل بكثير من الشجاعة والاناة ، ويصفى صابرا الى افوال هؤلاء المرضى ، ويغائب نفسه حتى غلب عزوفها عن الحق ، وعند ذلك فقط أكتشف الميكروسكوب النفسى ، واعنى به منهج التحليل النفسى ، ووضعت اللبنة الأولى فى بناء الطب النفسى وعلم النفس معا . ان اكتشاف فان لوفنهوك لجهاز الميكروسكوب كان على بساطته حدثا عظيما ، مهد لاكتشاف تركيب الانسجة ثم اكتشاف الجراثيم ، وابتالى مهد لنشأة الطب الحديث . ولم يكن جهاز الميكروسكوب شيئا معقدا ، فهو لا يعدو أن يكون مجهرا لما يدق على البصر ، اذن فهو امتداد لوظيفة الأبصار لا أكثر ولا أقل ، وبالمثل فان اكتشاف الميكروسكوب النفسى أى منهج التحليل النفسى ، كان على بساطته حدثا عظيما . فهو لا يعدو أن يكون امتدادا لقدرة كل منا على فهم غيره من الناس . والآن سأقص عليكم قصة مريضة توضح لكم هذه المعانى .

سيدة فى مقتبل العمر جاءت تشكو أن ابنتها الصغيرة وعمرها نحو أربعة أعوام فى منتهى العصبية ، وأن الأحلام المزعجة تنتابها ليلا والمخاوف التى لا مبرر لها تعاودها نهارا . والطفلة حسب رواية أمها معتلة ، بطيئة النمو متقلبة الشهية . فحصدت الطفلة فحصا كاملا فلن



يكن ثمة شيء غير عادي الا ان شعور برهبة وتهيب غير مألوف . فلم يكن مناص من أن نلتمس عند الأم المزيد من المعرفة . انتهت ألينا الأم أنها مضطرة لاعتلال صحة ابنتها الى احاطتها بعناية فائقة . فلا بد من غسلها مرتين أو ثلاث مرات في اليوم ، وأخذ درجة حرارتها بانتظام ، ولفها في ملابس دافئة ، وتغليق النوافذ والابواب درءا لخطر البرد . وفي كل يوم تغسل دمي الطفلة بالكحول ، وتنهاتها عن اللهو مع غيرها من الاتراب تجنباً للعدوى . أما عن التغذية فهي حريصة على أن تنفذ تعليمات الطبيب بكل حذر . فتناول الطفلة وجباتها في مواعيد محددة وبمقادير مقننة بعد أن تبتلع ملعقة من الادوية المقوية التي تشتمل مجموعة فيتامينات أ ، ب ، ج . . . الخ . وعندما انتهت السيدة من هذا الوصف كانت تتصبب عرقا ، وكانت عباراتها حماسية ، كأنها تدافع عن نفسها أمام هيئة اتهام .

أن سلوك هذه السيدة من طفلتها يتصف بالمغالاة ليس في ذلك من شك . فلم كانت كل هذه المغالاة ، ولم كان كل هذا الدفاع الحار . أننا عندما نرى شخصا يغالى في بعض سلوكه يخامرنا الشك في أنه يخفى بذلك شيئا آخر . فهل يمكن أن تكون المغالاة في سلوك هذه السيدة غطاء لشعور مذف للحب نحو ابنتها . أن هذا شيء مستحيل . لا يمكن أن يكون هذا صحيحا . وتكن هبوا أن تيريسياس كان معنا يناقشنا الحساب . اذن لصاح قائلا : « لا بد لي أيها السادة أن أرد منطقتكم الى الاستقامة ، ألا تعلمون أنكم اذا لم تتوقعوا مالا ينتظر فلن تهتدوا الى الحقيقة . وفيم اذن بحثكم اذا كنتم تجزمون مقدما بالنتائج . اننى استشف ما يدور في صدوركم . أنكم تجفلون من الحقيقة لأنكم تدركون أنه اذا صح أن هذه السيدة تبطن غير ما تظهر ، فان ذلك قد يصح بالقياس انيكم أيضا ، بوصفكم من بنى الانسان . لكن اذكروا أن الحق خير مهما كان يجر في اذياله من شر . أمضوا في بحثكم ، ففيه شفاء لها ولكم » .

لقد أنهت الينا هذه السيدة الشابة أنها تزوجت بعد حب ، على الرغم من أن زوجها يكبرها بكثير . وقد ظلت تنعم بالسعادة طوال الأعوام الثلاثة الاولى من زواجها ، فقد غمرها زوجها بكل حب وحنان . وعندما أعرب لها عن رغبته فى انجاب طفل ، لم ترجب بالفكرة بآدى ذى بدء . فقد كانت تستشعر السعادة الى حد أنها لم تشأ أن تتعرض لما قد يعكر صفو هئاءتها . غير أنها اضطرت فى نهاية الأمر أن تدعن لرغبة زوجها . وكان أن أحتملت حملها فى عضاضة ، وما وئت تعرب عن اشفاقها من أن يأتى الوليد الجديد نيشاركها حب زوجها . وكان طبيعيا عنده . وضعت ، ان ببدى زوجها اهتمامه الشديد بوليده ، وازاء ذلك احست بغيرة حقه وراودتها خواطر عدوانية صريحة ضد طفلتها ، فكانت هذه الخواطر تورثها شعور الائم ، فتشقى بها ويرتجف لها قلبها . وسرعان ما كبئت هذه الخواطر وحل محلها موقف الرعاية البالغة الذى وصفناه آنفا . وكلما أحسب بواذر الكراهية نحو ابنتها ضاعفت الجهد فى بذل اعناية ، ومنحتها المزيد من الحب ، كأنها تهدف بذلك الى كبح جماح الكراهية . والنتيجة لهذا الصراع أن صبح سلوكها من طفلتها يتسم بانقلق البالغ على صحتها . وليس من العسير أن نفهم أن تهيب الطفلة وعصبيتها انما هو رد فعل طبيعى لما ينطوى عليه سلوك أمها من صراع دفين . وهذه حقيقة عامة . أعنى أن لدى الاطفال حدسا فريدا لحقيقة عواطف الوالدين العميقة . وقد جاء البرهان على ذلك عندما برئت الأم من صراعها وائرزن سلوكها . عند ذلك أينما الطفلة تبرأ من تلقاء نفسها ، وكن داءها صدى غاب بغياب الصوت الاصيل

أما علاج هذه السيدة فقد كان اجراء عسيرا ناهضته بكل ما تملك من قوة ، وناضلت حتى لا تواجه ما تنطوى عليه نفسها من مشاعر الكراهية . لقد كان حبها لابنتها شيئا لاشك فيه ، فهى فلذة كبدها وهى صورة مصغرة لذاتها ، فلا بد أن ينعكس عليها حبها لذاتها . ولكن هذه السيدة البائسة كانت تعاني من نقص فى نضجها الوجدانى .

فقد لقيت مقدم ابنتها بشهور الغيرة كما لو كانت ابنتها أختها الصغرى جاءت لتشاركها حب أبيها . وقد يبدو ذلك عجيبا . ولكن الواقع أن زوج هذه السيدة هو في قرارة نفسها بمثابة أبيها . وكانت تسلك ازاءه مسلك الابنة من أبيها لا مسلك الزوجة الناضجة من زوجها . فكأنها من الإناحية العاطفية طفلة صغيرة وأن كانت من حيث الجسم والذكاء مكتملة النمو ، وكان ذلك سببا آخر زاد من نضالها حتى لا تواجه هذه الحقيقة المرة حقيقة نقصها الوجداني وطفولتها النفسية ، وما يتضمنه ذلك من استحالة ادراك مستوى الامومة الحقة . وهل تستطيع طفلة أن تكون طفلة وأما في آن واحد .

اصطدم لديها الحب بالكراهية وشقيقت بهذا التناقض العاطفي فلم تجد بدا من أن تصطنع المزيد من الحب لمغالبة ما يعتلج في نفسها من كراهية . ولكن الكراهية طاقة حنوية لا تنصرف لاننا نستدل عليها الستار . لابد أن يعالج مصدر طوفان الكراهية أعني تأخر النضج الوجداني ، والشرط الاول لكي نقبل انضج الوجداني من عمرته ، حتى يستأنف سيره هو الا ننفر من الكشف عما تضطرب به نفوسنا من مشاعر ، ولا نجفل من أن نواجه في اخلاص ما تنطوى عليه من نزعات . لقد أصاب نيتشه عندما قال : « أن الخطأ ينجم أكثر ما ينجم من الجبن عن مواجهة الحقيقة » .



## الحب شراع لا تسير سفن الحياة بدونه

يقول أنطون تشيكوف فى قصته « حب صامت » أن الحقيقة الوحيدة التى قيلت عن الحب انه « سر غامض » ، ومن الغريب أن يكون ذلك رأى أديب يعلم أن القصة تدور أكثر ماتدور حول تحليل هذه العاطفة – ولا شك أن الشاعر هينى لم يعد الحقيقة عندما قال : ان الانسان ليرغب عن الكشف عن لغز الحب .

فلم كان الامر كذلك . وكيف ينشد الشعراء أروع القصائد فى هذه العاطفة ثم يحجمون عن بيان طبيعتها ؟ !

ولكن الامر أخطر من ذلك . فليس الحب مجرد عاطفة يتغنى بها الشعراء ويتخذها الكتاب مادة لتأليف القصص . وانما يبلغ من خطرها أن علاقة الناس بعضهم ببعض تستند على أساس منها . فماذا تكون حياة الاسرة بغير رابطة الحب ؟ وكيف يظل المجتمع قائما مالم يؤلف الحب بين أفرادہ ؟

ان قليلا من التفكير يدلنا على أن الحياة نفسها مستحيلة بغير الحب وقد فطن « شوقى » الى هذه الحقيقة عندما انشد : « الحياة الحب والحب الحياة » فاذا كان الامر كذلك ، فلم استغلقت هذه العاطفة على الفهم ؟ هل يكون بين طياتها ما يخشى الانسان أن يبرزه ويستوضحه ؟ وهل استطاع علم النفس أن يكشف لنا عن طبيعة الحب ؟

ان علم النفس مثله مثل علم وظائف الاعضاء لم يتقدم فى بحوثه الا عن طريق دراسة الامراض . فالتب يعرف عن المرض أكثر مما

يعرف عن الصحة . فاذا كان علم النفس لا يستطيع بعد أن يعطينا جوابا شافيا عن طبيعة الحب ، فهو يعرف من غير شك أمراض الحب كما يعرف مالميس حبا أصيلا .

اننا نعرف اليوم أن الحب قد يكون غطاء للكراهية ، أو قد يكون ممتزجا . بقدر عظيم منها . وقد عاجلت هذه المسألة من قبل فلن أعود اليها اليوم . وتكفى الإشارة الى أن هذا لا يحدث الا اذا كان الانسان يستشعر قدرا من الحب الاصيل ، والا لما تكلف عناء اصطناع المزيد من الحب يستترد به الكراهية . فكان الحب العظيم عندئذ رحمة بالحبيب المكروه وسد يقى المحبوب من فيضان الكراهية ويدل البحث على أن الكراهية فى هذه الحالات تصدر عن بواعث متخلفة من الطفولة .

ومن النابت أيضا أن الحب قد لا يعدو أن يكون حبا للذات ، فهذه سيدة أجنبية أشرفت على الاربعين ، كانت تشكو من الارق وضيق التنفس وأوجاع كثيرة . واذا بها تهيم يوما بغلام غصن ، أشقر الشعر ، أسيل الحدين ، فكانت تغدق عليه الهدايا وتهبه عطايا وحبا عظيمين . ولم تكن تصبر على فراقه يوما ، فقد اختفت أعراضها وأوجاعها منذ أن هامت بحبه وتبين أثناء التحليل أن هذا الفتى لم يكن الا صورة لها عندما كانت صبية . فكان غرامها لم يكن الا غراما بنفسها مثلها فى ذلك مثل نرجس فى الاسطورة اليونانية عندما اقتتن بصورته فى الماء . وقد حققت هذه السيدة فى علاقتها هذه ماتصبو اليه من العطف والرعاية يغدقان عليها ، اذ كانت تقوم بدور الأم نحو الفتى فتشبع عن طريق توحدها به حاجتها الطفيلية الى تلقى العطف . فهى مغدقة ومغدق عليها معا .

وقد بين الأستاذ العقاد فى دراسته التحليلية للحسن بن هانىء المشهور بأبى نواس ، أن هذا الشاعر كان نرجسيا فى عشقه . فقد



تولع بحب جارية تدعى حسن ، وهو اسمه ، فأنشد الغزل في هذا التشابه ، وكذلك كان يهدى من كان في لسانه لغة وهي احدى خواصه اللفظية وغنى عن البيان أن العشق النرجسى حال من أحوال الطفولة ، لان الطفل لايعشق فى بادىء الأمر الا نفسه . فاذا اتصف الرجل بهذا اللون من العشق ، كان حكمه من الناحية النفسية حكم الطفل مهما تقدمت به السن .

وليس من العسير علينا الآن الا أن نفهم كيف يكون الحب طاغيا فياضا ، ومع ذلك فهو لاينتسب الى الحب الاصيل ولايستحق أن يسمى حبا . فهذه سيدة تحب رجلا حبا عظيما . وكانت كلما لقيته أحست احساسا غريبا فى منطقته الحبلى السرى . وانتهى بها الامر الى أن تطلب العلاج بالتحليل النفسى لما شقيت به من أعراض نفسية خطيرة . فاذا بها بعد أيام قليلة تحس أثناء الجلسة بذلك الاحساس الغريب فى منطقة الحبلى السرى . وقد ذكرها ذلك بالحبلى السرى الذى يصل المولود الحديث بأمه . ثم لم تلبث أن صرحت بأنها تشعر أن وجود الطبيب أشبه بوجود أم تحنو عليها ، و تسهر على أمرها ، وانها تشعر من ذلك بسعادة لاتدانيها الا سعادتها فيما مضى بحب ذلك الرجل . وتبين فى نهاية الامر أن حب هذه السيدة لذلك الرجل لم يكن الا احساس الطفلة نحو أمها ورغبتها فى الارتباط الوثيق بها .

وهكذا يتضح أن هذه السيدة عندما كانت تتحدث عن حبها لذلك الرجل ، لم تكن فى الحقيقة تتحدث عن نفسها ، ولا عن الرجل ولا عن الحب . لم تكن تتحدث عن نفسها بوصفها امرأة فى الثلاثين من عمرها ، وانما المقصود هى الطفلة القابعة فى نفسها . ولم تكن نتحدث عن الرجل وانما عن الام ، لانها تريده كذلك . ولم تكن تتحدث عن الحب وانما عن حاجة الطفلة الى عناية الام . وهذه سمة عامة من سمات المرض النفسى . فالامر فيها يشبه ما يحدث

فى حفلات التنكر حيث تلبس الاقنعة فتتبدل الشخصيات وتتغير المشاعر تبعاً لذلك ، وبعبارة أخرى أن البون شاسع بين الواقع النفسى والواقع الفعلى .

حقاً أن الاسوياء من الناس لا يبرزون من الطفولة وماتسفر عنه من التقنيع . فكلما اجتمع نفر ، وكان بينهم رئيس رأييناهم يطلبون مودته واعجابه وعطفه ويتنافسون فى ذلك منافسة تذكرنا بمنافسة الاطفال فى الظفر بحب أبيهم . فاذا لم يتعد الامر حداً معيناً وهو لا يتعد له اذا اتصفت النفس بالنضج ، تطابق الواقع النفسى بالرغم من أصوله الطفلية مع الواقع الفعلى ، وسارت الامور سيرا حسناً فيستمد الرجل من عمله سعادة ورضى . أما اذا كان النمط الطفلى هو الغالب مسخ الواقع ، فلا يكون الرئيس عندئذ أباً رهييباً يطلب عطفه بأى ثمن ويصبح الزملاء كأنهم الاخوة والاخوات أئناء الطفولة ، فيقوم بينه وبينهم التناوب والتشاحن الطفلى ويفقدو العمل سخرة تشفى بها النفس .

وما يقال عن العمل يقال عن الحياة الزوجية . فالرجل يحب من زوجته أن تتصف بشيء من الامومة نحوه ، والمرأة تحب من زوجها أن يتصف بشيء من الابوة نحوها ، فاذا استطاعا أن يتبادلا العطف والمودة والرحمة كان هذا دليلاً على نضجهما ، فتستقر السعادة فى البيت . أما اذا طلبت المرأة من زوجها أن يكون لها أباً فحسب فلن يرضيها مهما بذل لها لان الواقع أنه ليس أباًها ، فينشأ الغضب ويبدب الشقاق . أما الرجل فانه اذا رأى فى زوجته أما فحسب ، فلن يستطيع أن يقوم معها بدوره كزوج . وقد يضطر عندئذ الى الفصل بين حياته العاطفية يختص بها زوجته وبين سائر حياته الغريزية يختص بها غيره . يتضح اذن أن أسلوب دون جوان لا يدل على النضج والرجولة وانما يدل على العجز والطفولة .

ويقوم الدليل اليوم على أن الحاجة الى العطف تنم عن شعور مقيم بالعجز ، واحساس بالتفاهة ، والنقص وقلة الرضى عن النفس . ومن أجل ذلك كانت الحاجة الى العطف مطلب حيوى يرمى الى بلوغ الطمأنينة والظفر بالرضى عن النفس . ومن أجل ذلك كان طلبها ملحا غضوبا لا يصبر ولا يطيق استثناء . فالمحبيب يجب أن يقيم الدليل على حبه فى كل لحظة . وعليه أن يفطن الى كل رغبة فيجيبها لتوه ، وليس له أن يشغل نفسه بشئ أو بشخص آخر ، وبغير ذلك يستحق تهمة الخيانة . أن الحب فى هذه الحالة ليس الا دواء يطلب للشفاء من داء الشعور بالعجز والاثم . فاذا امتنع الدواء فلا أقل من أن يلصق الاثم بالمحبيب كدواء بدلا من دواء الحب . وتخلصا من الشعور بالعجز والاثم والقلق . فالغيرة الملحة ليست دليلا على الحب وانما هى الغضب من قلة دواء الحب .

وخلاصة القول . أن الحب عاطفة تتطور من الطفولة الى النضج ، فترجع كفة العطاء فى النضج بعد رجحان كفة الأخذ فى الطفولة ، ويعتبرها الطب النفسى مقياس الصحة والمرض . فأسلوب الانسان فى الحب عنوان شخصيته ومبلغ نضجه وما ظفر به من السعادة . ان الصحة النفسية هى القدرة على الحب الكامل الاصيل بشقيقه الشهوى والحنون مجتمعين ازاء شخص واحد والاستمتاع بالعمل المنتج . الصحة هى الحب والعمل .



# شفاء النفس وشفثاؤها

للدكتور مصطفى زيور





يقبل الناس على دور السينما والمسرح اقبالا عظيما يدل على أنهم يستمدون من ذلك متعة وراحة ورضى . واذا التفتنا الى انفعالاتهم وما يستثيره فيهم ما يشهدون فسنفطن الى أنهم يعيشون انقصة نفسها ويتقصون أدوار البطولة فيها .

ولكن ما الرأى فى ذلك الممثل الهزلى عندما يغرس دبوسا فى سيدة مكتظة اللحم والشحم . لاشك أن هذا عمل صبيانى . فما بال هذا السيد انوقور الذى وخط - الشيب رأسه قد انطلق ضاحكا فى ظلام السينما . ثم ما الرأى فى أفلام « ميكى ماوس » وأشباهها التى تتحدى كل منطق وتغرب فى الخيال أغرابا لا يدانيه الا أغراب قصص الاطفال . أنها تذيع مرحا وابتهاجا عظيمين لدى الكبار . وكلنا نعرف أن قصص ألف ليلة وليلة انتهى - كانت تذاغ من هذه المدار لم تكن تستأثر بانتباه الاطفال وحدهم .

كل هذا يدلنا على أننا نحن الكبار لم نبرأ من طفولتنا تماما . ويقوم الدليل اليوم على أن فى كل منا يقبع طفل عابث خبيث وهو مع ذلك غارق فى الغفلة ترتعد فرائضه من الخوف .

هذه الحقيقة الانسانية لم تكن لتخفى على بصيرة شكسبير . وفى مسرحيته هنرى الرابع نجد تصويرا رائعا لها . ولهذه المسرحية قصة . فقد بلغ من نجاحها أن طبعت خمس مرات قبل طباعتها على الورق المعتاد . ويؤكد مؤرخو شكسبير أن الملكة اليزابيث لم تكن تشبع من مشاهدة فولستاف أحد أبطال هذه المسرحية ، بالرغم من أن شكسبير

أعاد ظهوره فى مسرحية هنرى الرابع الثانية ثم فى هنرى الخامس .  
وعندما علمت بموت فولستاف فى هذه المسرحية الاخيرة طلبت الى  
شكسبير أن يعيده الى الحياة فى مسرحية جديدة ، فكتب بعد ذلك  
مسرحية زوجات وندسور المرحات . فمن هو فولستاف وما هى  
شخصيته . أنه لم يكن البطل الأول فى مسرحية هنرى الرابع . فقد  
أراد المؤلف أن يعقد لواء البطولة للأمير هول . أما فولستاف فهو  
رجل بدين مستهتر عايت لا يتصف بالشجاعة ولا يدين بمبادئ  
الفروسية التى ينتمى اليها . فما سر هذه التبهجة والمرح والاحتفاف  
الذى تنيرها شخصيته فى النظارة منذ عهد اليزابيث الى يومنا هذا .

لابد لنا أن ننظر فى المسرحية نحاول تحليلها فى اختصار .

نحن فى مطلع القرن الخامس عشر ، فى حقبة حاسمة من تاريخ  
انجلترا ، والجالس على العرش الملك هنرى الرابع يواجه هؤلاء الذين  
بايعوه بعد أن عاونوه على انتزاع العرش من الملك المتخاذل الأرعن  
ريتشارد الثانى . فهاهم يتآمرون على هنرى الرابع لأنهم حريصون  
على امتيازاتهم الاقطاعية مهما كان فى ذلك من اضعاف لوحدة الدولة  
وكيانها السياسى . ثم هاهم يعلنون انصيان ويشنون حربا أهلية  
مهلكة . الوقت اذن عصيب والخطر محقق بمصير انجلترا ، والعرش  
فى حاجة الى ولى عهد قوى عالى الهمة حتى يسند أباه فى هذه المعارك  
الطاحنة .

ولهنرى الرابع ولى عهد يدعى الأمير هول . ولكنه أحزن أباه  
وخيب أمله فيه . فهو لا يكف عن العبث واللهو وارتساد الحانات  
واصطحاب السفلة من الناس . وهذا سير جون فولستاف نديمه  
ورفيقه . أنه رجل هازل لا يركن إليه ، مهزار لا يحمل كلامه محل  
الجد ، ساخر لا يبالي مايفعل ، صبيانى لا يدين بغير مبدأ اللذة .  
أنها لصحبة شر تنذر بسوء العاقبة .

ولكن ها هو الأمير ، اذا جد الجدد ، لبي نداء الواجب وهب لنجدة أبيه . وها هو يقاتل قتالا باسلا فيهلك أعداء أبيه ، ويقضى في النهاية على الاقطاع ، فتصبح لانجلترا على يديه مكانة مرموقة ، وتخضع لها فرنسا بعد هزيمتها في موقعة أجانكور .

انها لمعجزة أن يتحول هذا الولد العايب المفتون الى رجل راجح العقل ، قوى العزيمة ، يركن اليه في المهمات . وانه لطيب للنظارة أن يشهدوا بعدا في المهمة بعد قصور ، وفحولة بعد خور . فان في ذلك ما يجدد الأمل في النفس . رأيت كيف قد نازل ذلك الفارس المغوار هتسبر ألد أعداء أبيه وأقواهم شكيمة فأرداه قتيلا .

ثم أنظر الى فولستاف ينزل الى المعركة فيتصدى له محارب فد ، فلا يلبث ذلك العايب الرعيد ان يتحايل على الأمر فيهوى على الأرض مدعيا الموت حتى يهرب من القتال . فاذا انصرف القوم من الميدان قام هو على رجليه سليما معافى .

ان فولستاف يمثل ناحية من انطبيعة الانسانية لا سبيل الى القضاء عليها . ومن عجب أن الرغبة في موته لا تراود أحدا من النظارة . بل أنا لنغفر له مسلكه الصبياني عندما يحمل جثة هتسبر على ظهره ليعلن على الملأ أنه هو الذي صرعه ، وذلك بعد أن رأيناه منذ حين يقترب من الجثة حذرا مخوفا ويضربها بسيفه ويصرخ فيها حتى يستوثق من أن صاحبها فارق الحياة .

ان هذا المشهد له وقع مسرحي بالغ . فالبون شاسع بين اثره فولستاف وقلة احتفاله الا بما يشبع نزواته وبين ايثار هتسبير وفروسيته وتضحيته بنفسه في سبيل مثله العليا . ومع ذلك فاننا نغرق في الضحك ونبتهج ابتهاجا عظيما عندما يناقش فولستاف الأمير في مصرع هسبر ويدعى لنفسه هذا النصر ، فيخلق سلسلة

من الأكاذيب الصبائية تستثير مرح الأمير والنظارة جميعا ، حتى  
ليسلم له الأمير في النهاية بما يريد . بل أن قاضي القضاة في بعض  
حديثه الغاضب لطيش فولستاف وانحرافه عن الجادة لا يملك الا أن  
يصفح عنه وهو يخفى ابتسامته . وقصارى اتقول أن فولستاف خفيف  
الظل لا تقتحمه العين بالرغم من افتقاره الى صفات الشهامة والجد  
والوقار .

ان شخصية فولستاف مشكلة أفاض في تحليلها نقاد الأدب  
ولكنهم لم يفتنوا الى مغزاها النفسى . أننا نعجب فى هذه المسرحية  
ببطولة هتسبر وبأسه ، ولكننا لانلبث أن نستريح الى تعلق فولستاف  
بأسباب الدعة وحرصه على الاستمتاع بالحياة الهينة اللينة واستخفافه  
بما عدا ذلك . أن هذا الازدواج فى بنیان المسرحية يعكس ازدواج  
الطبيعة الانسانية ، ويصور النضال الذى يقوم فى النفس بين هذا  
الشر الذى عذبه الأوضاع الاجتماعية وذلك الشر الآخر الذى  
امتنع على التهذيب وظل فى أعماقنا كما كان أثناء الطفولة . أن  
فولستاف يمثل الطفولة المختلفة فينا ، فاذا ظهر على المسرح لا يسعنا  
الا أن ندرك فيه هذه الطفولة ولا نملك الا أن نبتسم . ويكون ابتسامنا  
وارتياحنا بقدر ما يحزننا ما نلمسه فى أساليب بعض أبطال المسرحية  
من تطاحن وسفك الدماء .

ويقف الأمير هول موزعا بين فلسفة فولستاف وفلسفة هتسبر .  
ثم لا يلبث الجانب الاجتماعى فى نفسه أن يظهر على الجانب الطفلى كما  
يحدث أثناء النمو من الطفولة الى النضج . ولكن هذا التطور لا يتحقق  
دون صراع مرير . فما هو يفصح عما فى نفسه من اشفاق لما يقتضيه  
حمل المسئولية من التعرض للمكروه ، وذلك حين يلقي أباه وقد أخذته  
سنة من النوم والتاج الى جواره فيقول : - مشيرا الى التاج . -  
لم استقر التاج ها هنا على وسادته

انه لرفيق فراش يقض المضاجع  
أيها الاضطراب اللامع ، لانت وجل من ذهب .  
تظل منك أبواب النوم مفتوحة  
فتدّاف منها ليالى الأرق  
أنك الآن تغفوا الى جوار التاج .  
ولكن غفوتك لا تبلغ من العمق والراحة  
ما تبلغه غفوة أمرىء غطاء لرأسه متواضعا  
انه عندئذ ليغط في النوم طوال الليل

ثم يأخذ الأمير التاج ليلبوه على رأسه وينصرف به ظنا منه أن أباه قد  
فارق الحياة ولكن أباه يستقيظ فيكتشف اختفاء التاج ، فيستدعيه  
ويتهمه بأن ما فعله ينم عن تعجله موته حتى يظفر بالتاج . عند ذلك  
يرد الأمير التهمة عن نفسه في خطاب لا يخامرنا الشك في صدقه .  
ولكن هل نستطيع أن نجزم بأن ما وجه اليه من اتهام لا يعبر عن  
بعض الحقيقة .

ان هذا المشهد تعبير عميق عما تضطرب به النفس من ألوان  
الصراع والتناقض الوجداني فاصطناع أساليب النضج لا يعنى الاقلاع  
عن ملذات الطفولة والتعرض للخطوب فحسب بل قد يعنى أيضا فى  
مخيلتنا استلاب الحقوق والقضاء على صاحبها ، ومن ثم تجفل النفس  
ويزداد شوقها الى الطفولة تحتوى فيها أو فى نظيرها أعنى المرض  
النفسى .

وقد أوضح الأمير فى خطابه أنه ضيق بذلك التاج الذى يبهظ  
الكواهل ويقض المضاجع ، برم يذهب البغيض . وينبؤنا التاريخ بما  
فعله التاج ببعض الرؤوس . فقد طار اللب من بعضها واجتهد البعض  
حتى خلعه أو خلعه عنهم قومهم .

ان مأساة الانسان الأساسية ومصدر شقائه الأول أنه لا ينجح  
فى الظفر بالنضج الصحيح الا بمقدار • فالطفولة طور لا يتخطاه  
الانسان الا من حيث جسمه وعقله • أمامشاعره وأما وجدانه وانفعالاته  
فانها تظل متصفة بشيء كثير من الطفولة • ففى النفس حنين مكتوم  
نحو مباهج الطفولة ويسرها ، وفيها شقاء بهذا الحنين انذى لاسبيل  
الى ارتوائه • ولا يتحقق شفاء النفس وراحته الا بقدر ما يتاح للمرء  
من تطوير لميوله الطفلية تطويرا أصيلا •



أن الانتقال من الطفولة الى النضج يحمل معنى الاستقلال والانفصال ، مثله فى ذلك مثل الثمرة اذا نضجت من أصلها ، ولكن الانتقال لون من عزلة تروغ النفس وتنقيها ، ويقول الأديب الفرنسى بلزاك : ، أن ملحمة الفردوس ليست الا استغفارا من العصيان ، ولعله لم يكن مخطئا ، فقد أنشد ملتون هذه الملحمة يصف ما آل اليه أمر الانسان بعد عصيان آدم ، اذ أصبح طريدا شريدا ، تأخذه رعدة الوحدة والعزلة لأن الله أبعد وأقصاه ، فهل يطمع الانسان عندئذ الا فى مغفرة من هذا العصيان .

ان المرء يشعر بالعزلة شعورا حسيا فتسرى فى جسمه قشعريرة البرد ، وهو اذ يطمئن الى صحبة أمينة تهدأ أو صالة ويستشعر الدفء ، فالسند العاطفى مطلب حيوى ، يدفع بعض الناس الى أنواع من التضحية تذهب بصفات الرجولة والنضج جميعا ، فيغدو الانسان وكأنه طفل لا تقوم له قائمة الا بالاعتماد على الغير ، فلا يكاد يقوى على الاستقلال برأى أو عمل ، يشفق من حمل التبعات ، ويطلب النصيح والعون فى أبسط أمور الحياة .

ولكن هذا الميل الشديد الى التواكل والركون الى الغير يؤذى الشعور لأنه ارتداد الى الطفولة ، وفضاء على صفحات النصيح ، فيجهد الرجل فى اصطناع أساليب الاستقلال على مضض ، ويحس من ذلك ضيقا وارهاقا ، فاذا أبهظه الحمل لم يجد بدا من الهروب من المعركة فى لون من ألوان المرض النفسى .

فهذا رجل يطلب العلاج لأنه لم يعد يقوى على العمل ، فقد ضيقت المخاوف المرضية عليه الحناق حتى أقعدته عن السعى ، ولم يعد يملك

الا أن يطلب من أهله ومعارفه أن يقوموا عنه بكل ما يحتاج اليه باستثناء التنفس والمضغ ، وبعد فترة وضع للمريض أن مخاوفه التي كبلته بمثابة الدرع يقيه شر الاذلال ، ذلك أنه كان يزعم لنفسه أنه اذا شغل وظيفة فسيناله من ذلك أذى عظيم : فقد يأمره رئيسه بما لا يحب فلا يسغه إلا الاذعان ، وقد يستهين به فلا يستطيع الدفاع من نفسه ، ثم مالبث المريض أن تبين أن ما يخشاه ليس مصدره غيره من الناس ، وانما مصدر ، ميله هو الى الاذعان المطلق لارادة الغير، ولما كان في ذلك مذلة ومهانة ، فلم يجد أمامه الا أن يتحاشى ما قد يفضى به الى هذا الاذلال ، كان يكون مرؤوسا لغيره في عمل ، ويقوم الدليل اليوم على أن بعض ما يغضب المرؤوسين من رؤسائهم هو غضبهم من أنفسهم ليلهم الى الخضوع والاذعان ، ولما فطن مريضنا الى أن مخاوفه المرضية لم تكن تستهدف الا أن تجنبه المذلة ، فقد استجمع شجاعته وبحث حتى وجد عملا ، ولكنه مالبث أن تبين أنه كان على حق فيما يخشاه فقد كان عمله غريبا متناقضا ، فهو يشغل وظيفة مستشار في الشركة ولكنه كان ينقاد الى أعمال مما يقوم به السعاة .

ولم يكن موقفه من زوجته يختلف عن ذلك كثيرا ، فقد كانت تكلفه بما يحزنه فيطيع ، ثم يثور بينه وبين نفسه ويقول : « لم أطعتها ، لم لم أرفض القيام بهذا العمل المشين » .

وقد تبين من استقصاء تاريخ هذا المريض أنه كان ينافس اخوته في حب أبويه منافسة شديدة عندما كان صبيا ، حتى راودته الرغبة في القضاء عليهم ، فكان يبذل قصارى جهده في قمع هذه الرغبة حتى قمع معها كثيرا من نشاطه ، فلما شب كان من آثار هذا القمع أن أصبح تأكيد الذات عنده خيالا متفجرا ، كأنه البخاز المحبوس ،

فيتخذ أحيانا شكل أخيلة من الفوز والنجح والامتياز تكسبه اعجاب وتمكنه من اذلال منافسيه ، وتتخذ حيناً آخر شكل أخيلة يصرع فيها منافسيه ، وهكذا أصبح تأكيد الذات لديه أثماً لأنه يحمل القضاء على الغير ، فيرتدوجلا خشية أن ينبذه الناس وينصرفون عنه ، لا بد له أذن أن ينكر خياله هذا ويزيد فيرفع من شأن الغير ويبالغ في قيمتهم وحاجته اليهم ، وعليه أن يكون طيعا سلوب الارادة حتى يترفق به الناس ويظفر بالرضى والعطف منهم .

وقد كشف المريض أثناء التحليل عن أسباب خضوعه الشديد لزوجته ، فتبين أنه كان يراها مصدر قوته ، قال : « اذا لم تحسن على زوجتى وترعانى فسأشعر بالوحدة والعزلة وفى عزلتى أشعر أننى لست شيئا ، ولكن هذا الشغور بحاجته الى الرعاية والعطف من زوجته ما يميز فيه الطفولة ، ويوضح لنا أسباب عجزه فى واجباته الزوجية ، فهل يستطيع الانسان أن يكون طفلا وزوجا فى آن واحد ؟

وتزاد طفولته وضوحا اذا ذكرنا ماوقر فى ذهنه من أن زوجته مصدر قوته وأساس كيانه ، أن هذه الفكرة تنافى الواقع والمنطق وتتصف بالخيال السحري ، وتشبه ما يدور من أوهام فى خلد الرجل البدائي والطفل ، ونعرف اليوم أن الطفل يخلع على أبويه صفات القدرة المطلقة والعلم بكل شئ ، حتى يطمئن الى أنهما سيدفعان عنه كل شر ويخففان له كل مطلب وتجد آثار هذا الوهم فى أسطورة علاء الدين ومصباحه ، يلმسه فيجاء الى مايريد منها مهما يكن خارقا مستحيلا ، وعندما يشب الطفل يستبدل بهذا التصور السحري تصورا واقعيا فتصبح محاولاته للسيطرة على شاكلته محاولات ايجابية فعالة يعتمد فيها على نفسه ، أما اذا تعثر وفشل فى السيطرة الايجابية الواقعية ، فانه يرتد على أعقابيه الى السيطرة التى يعتمد فيها على الغير ، ويعود الى أسلوب علاء الدين ومصباحه .

وتعتبر ظاهرة الارتداد الى أساليب الطفولة في التفكير والاحساس من أبرز مكتشفات التحليل النفسى ، ولا يدانيها فى الأهمية الا اكتشاف خطوات النمو النفسى .

فالرضيع لا كيان له الا بالرعاية يلقاها من أمه فهو شديد الاعتماد عليها ، سلبى لا يقوى الا على تلقى الغذاء والعطف ، وعندما يخطو خطواته الأولى يتحقق أول الفصال والاستقلال عنها ، ويتأكد استقلاله تدريجا بنمو قدرته على الحركة والافصح ، حتى اذا ذهب الى المدرسة زاد اعتماده على نفسه أثناء محاولاته تدبير أمور ، مع أقرانه ومعلميه وعند البلوغ يشرف على مفترق الطرق بين الطفولة والنضج ، بين الاعتماد على غيره والاستقلال بنفسه ، ولا تقتصر أزمة المراهقة على أنها أزمة فى الغرائز ، وانما مبعث الأزمة أن تفتح الغريزة يغرى بالخروج من جنة الطفولة والاستمتاع بالاستقلال كاملا ، ولكن الاستقلال يحمل معانى التمرد والعصيان والتأهيل للقتال ، فهل ينهض الفتى لكل ذلك ، وهو اذ يقدم على الاستقلال كأنه يطوح بمن اتخذه سند ، فهل يقوى على حمل تبعه ذلك ، أنه لا يقدم على شيء من ذلك ولا ينهض له الا اذا أتيح له أثناء الطفولة من الفرص ما يمكنه من ارساء شخصيته ، على أسس ثابتة مستقرة المعالم لتتأكد ذاته ولا يعتوره النك فيما يتفرد من دور فى الحياة .

ويمكننا من هذه الزاوية أن نعتبر العلاج بالتحليل النفسى عملية نضج واجراء يفتح أبواب النمو المغلقة ، فنرى المريض يتردد ثم يقدم ، ويعود يتردد ثم يقدم ، وهكذا حتى يمر بمراحل النمو جميعا ، فاذا قارب نهاية المطاف رأيناه فيما يشبه أزمة المراهقة ، فهو يشفق من الاستقلال عن الطبيب ، متهيّب كأن فى استقلاله عنه تمردا واهدارا لدمه وهو مرتاع كأن فى اكتفائه بنفسه تعرضا للخطوب ، ولكنه الآن وقد أتيح له أن يصهر مخاوفه فى بوتقة التحليل فانه

يخرج من هذه التجربة وقد اشتد عوده فيجتاز المأزق الذى دونه  
فيما مضى .

على أن الانسان مهما يكن حظه من النضج فلا معدى له من الارتداد  
الى الطفولة من حين لآخر ، كأن الطفولة ينبوع ينهل منه ما يزوده  
بما تقتضيه أساليب النضج من جهد ، ففى اتخاذ النائم شكل رقدة  
الجنين لدليل واضح على أن النوم نوع من الارتداد الى بدء الحياة ،  
كما أن أساليب التسلية والمرح واللعب تتسم جميعها بسمات  
طفليه ، ويشبع الأسوياء من الناس حاجتهم الى الركون الى الآخرين  
باتخاذ الأصدقاء وفى الحياة الزوجية ، أما هؤلاء الذين لم يكن حظهم  
من النضج وفيرا فقد ينجحون فى اصطناع أساليب النضج ولكنهم  
يشقون بما يكلفون أنفسهم مما لا طاقة لهم به ، فتعدو الحياة لديهم  
لاحلاوة فيها ولا متعة ، وأغرب ما نلاحظه لديهم أنهم قلما يبيحون  
لأنفسهم أشباع الميل الى المرح واتخاذ السند العاطفى من الأصدقاء  
لأنهم يحسون بميلهم الشديد الى الطفولة فيخشون الانزلاق .

ونستطيع من هذه الناحية أن نعرف شخصية الانسان بأنها  
محصولة من الطفولة والنضج وأسلوبه فى تدبير شئونه منها .

وخلاصة القول أن الانسان يلقي الخوف عندما يلقي الحرية ، لأنه  
ثمن الحرية هو فقدان الحماية ، والحماية أمان من الخوف ويسر فى  
العيش ، ولكنها عقد بالاستبعاد يتخلل المرء بمقتضاه عن امتياز  
العزة والارادة الحرة ، فهل يبيع الانسان عزة بأمن ، أم هل ترجح  
لديه كفة الحرية يخطو بها على كفة الحماية برفقها .

أن يستقل الانسان أو لا يستقل : هذه هى المسألة : وهذا هو  
المأزق الذى يقف عنده يرنو بعين الى فردوس الطفولة وبعينه الأخرى  
الى دنيا الرجولة .



ان الانسان لتأخذه الحيرة عندما يتعم النظر فيما يصنع بعض الناس بأنفسهم فقد يظفر الرجل بزينة الحياة الدنيا ٠٠ المال والبنون وقد ينعم بصحة الجسم ووفاء الاهل والحلان وهو مع ذلك شقى النفس لا يهدأ ولا يكف عن النضال والعدو كأن الحياة سباق لا ينقطع أو كأنه شبيه بـسيسيفون الذى حكم عليه الالهة - كما يحكى فى الاسطورة اليونانية - بان يدفع صخرا ضخما الى أعلى الجبل حتى اذا قارب النهاية انفلت منه السخر وانحدر الى اسفل فيعود ادراجه ليدفعه الى اعلى وهكذا ٠ ولكن لما يختار الانسان لنفسه مصير سيسىفون ؟ واغرب ما فى الامر ان الرجل قد يكون موفقا ناجحا ويظل مع ذلك يقارن بين نجاحه ونجاح غيره من الناس حتى تأخذه حمى المنافسة ويشعر بالغيرة تعصر قلبه فهل يكون أوسكار ويند على حق عندما قال أن بوسع أى انسان ان يشاطر صديقه الحزن اذا ما نزلت به المصائب اما مشاطرة الاصدقاء فرحتهم بالنجاح فلا يقوى عليها الا نفر قليل من ذوى الخلق الكريم ٠٠

ولكن ماذا يكون حكمنا على الطفل الذى يغار عندما يشهد اخاه رضيعا فى حضن أمه ٠ اننا لا نقول انه شرير يعوزه الخلق الكريم ، لاننا نعلم انه يستشعر من مشاهدة اخيه فى حضن أمه حرمانا اليما ان هذه الغيرة تهز كيان الطفل هزا عنيفا على الرغم من انه لم يعد يرضع من ثدى أمه ذلك أن الطاعل فى سنواته الاولى لا يكون قد انجز بناء ذاته فلا يميزها من ذوات الآخرين تميزا واضحا فاذا رأى مشهدا عاشه مندمجا فيه اندماجا تضيع فيه معالم شخصيته ولا يشعر بذاته الا من خلال الآخرين مثله فى ذلك مثل المشاهد للعبة كرة القدم ينسى نفسه فيعيش ادوار اللاعبين ٠ فالطفل فى مطلع حياته لا يعرف



نفسه الا بالقياس الى الآخريين وبفقره الى ما يملكه الآخرون فهو فقير النفس مهما بلغ يسره المادى فاذا فاز طفل آخر بشيء من الاشياء كان ذلك بمثابة الاغتصاب لبعض ما يملك واذا اصاب طفل آخر نجاحا كان ذلك بمثابة الحرمان له من هذا النجاح . فشعور الطفل بالغيرة هو شعوره بالحرمان واشفاقه من ان يصبح كيانه نهبا يغير عليه الآخرون نجاحهم . لابد اذن للطفل من المنافسة الشديدة حتى يؤمن كيانه فاذا شب وتأكدت ذاته وتميزت معالمها عن غيرها اصبح غنيا بذاته مهما يكن فقره المادى فلا يستشعر الغيرة ولا يميل الى المنافسة العمياء . .

والان ماذا يكون حكمنا على الرجل يندفع فى المنافسة الهوجاء ويستشعر الغيرة فى غير موضوعها . ان سلوكه يوحى الينا بسلوك الطفل فلا يسعنا الا ان نرى فى هذا السلوك ارتدادا الى مراحل الطفولة الاولى . وفى الحالة الآتية ما يوضح ذلك .

رجل من رجال الاعمال فى الخامسة والثلاثين من عمره اصاب نجاحا ومكامة مرموقة وكان سعيدا فى بيته قرير العين بأولاده . ولكن سحابة قاتمة جعلت تحجب عنه ضياء السعادة منذ بضعة اشهر . فقد بدأ يحس بخفقان شديد فى القلب وضربات زائدة وينتابه شعور يتوقف القلب من حين لآخر ويصاحب ذلك كله قلق حاد وخوف من الموت فاستشار اخصائيا فى القلب . فاكده ان قلبه سليم . فاطمئن . ولكن هذه الاضطرابات لم تلبث ان عاودته وازداد توتره وتأرق نومه واصبحت نوبات القلق بالغلة العنف فكان ذلك يقعه عن مواصلة العمل . وبدأ الرجل يتشائم ويشفق من المستقبل ويرى نفسه ضعيفا عاجزا عن السعى والنضال . .

ثم اشير عليه ان يعالج بالتحليل النفسى . وفى إحدى الجلسات ذكر أنه اصاب بنسوبة من نوباته . ولما قص الظروف التى احاطت بهذه

النوبة تبين مصدرها بجلاء واتضح أسلوبه العاطفى الذى يكمن وراء اعراضه المرضية . فقد قضى صباح ذلك اليوم مرحا نشيطا معافى ثم انتقى فى احدى المطاعم بصديق من رجال الأعمال فحياه وسأله عن حاله فأخبره الصديق أنه انجز منذ برهة صفقة بالفى جنيه فشعر عند ذلك بدوار خفيف فاتجه نحو المائدة وطلب غداء ولكنه احس بخفقان شديد استمر لديه حتى المساء ولما آوى الى فراشه لم يستطع النوم ساعات طويلة ثم أخذته غفوة حلم أثناءها حلما مفزعا فقد رأى نفسه يتسلق جبلا عاليا وحواله رجال يحاولون الاعتداء عليه .

وقد ذكر المريض عن صديقه انه واحد من بضعة اصدقاء . تربطهم زمالة العمل وتلهبهم روح من المنافسة الودية . وذكر انه اعتاد أن يرقب احوال صاحبه كما اعتاد صاحبه ان يرقب احواله فيقارن الواحد دخل الآخر بدخله وسيارته بسيارته وهكذا . .

يتضح اذن ان هذا المريض كان مدفوعا بدافع المنافسة الشديدة فعندما انبأ صديقه بفوزه بأحدى الصفقات انتابه دوار واضطرب قلبه وتحول حلمه الى كابوس كان فيه هدفا للاذى والاعتداء . . من الجلى اذن انه شعر بغيرة حقوده مدمرة كتمها وغفل عنها فانقلبت عليه كابوسا مزعجا وفزع منها فاضطرب لها قلبه . .

ولكن ما بال هذا الرجل يفسد على نفسه حياته على هذا النحو . انه أصاب من النجاح والثروة ، قدرا عظيما يمكن له ولذويه حياة رغدة هائلة . فكيف يحسد صديقه على صفقته فاز هو بعشرات مثلها . ان موقفه يذكرنا بموقف الطغل يملك لعبا كثيرة فاذا رأى لعبسة فى يد طفل آخر لا ميرة فيها على لعبه تاقت نفسه الى الحصول عليها وقد يتنازل عن احدى لعبه فى سبيل ذلك ولكنه ما ان يرى ما تنازل عنه فى يد الطفل الآخر حتى يصبح مرغوبا فيسعى الى الحصول عليه وهكذا . اننا قد نسمى ذلك شراة ، أو أنانية ، ولكن الشراة

والإنانية لا يفسرهما إلا احساس الطفل بأن كيانه مرتبط بما يحيط به من الأشياء والناس فهو يغمر ما يحيط حوله وهو مغمور به لأنه لا يدرك بعد حدودا لكيانه . فكل نقص فيما يدور في فلكه إنما هو نقص في كيانه وكل امتلاك لبعض ما يدرك إنما هو اغتصاب لبعض كيانه وبالتالي خطر لا بد من درته . وهذا يفسر لنا الغضب الشديد والكرهية المدمرة التي تستثار في هذه الحالات وتكون المنافسة عندئذ وسيلة لتأمين الكيان المنقوص والتغلب على الشعور بالقلق والعجز والنقص . فالحرص الشديد على الظفر بثروة طائلة والالاحاح على الفوز بمكانة مرموقة إنما ينم على أن المرء لم يبرأ من طفولته . لما كانت المنافسة تحمل في طياتها قدرا عظيما من الكراهية المدمرة فهي دواء اخطر من الدواء . ذلك أن الشعور بالطفولة والعجز والنقص تجعل الإنسان في حاجة الى العطف والرضى عنه بما لا يقل عن حاجته الى المسبق عن طريق المنافسة والكرهية التي تنطوي عليها المنافسة مذبذبة للعطف وبالتالي مثيرة للقلق . وهكذا يجد الإنسان نفسه من جديد امام نقطة البدء . وهذه هي المأساة الأساسية في المرض النفسي وسر معظم الشقاء فقد كان المريض الذي تحدثنا عنه يشكو من خوفه من المرتفعات . فكلما ظل من مكان مرتفع أتابه دوار وخوف من السقوط . ووضع أثناء التحليل أن هذا الخوف يتصل بميله الى المنافسة ورغبته في الارتفاع والعلو والسبق . فكثيرا ما رأى في أحلامه أنه يتسلق الجبال أو يصعد في المصعد وما الى ذلك ثم ينتابه ما يجعله يهبط الى أسفل . أن الحياة لديه نضال عنيف مهلك كما تدل على ذلك أحلامه . فهو يبغى الصعود والارتفاع على منافسيه ولكنه يجفل مما سيقع بهم من اذى فيميل الى الهبوط ولكنه يجزع مما يحمله الهبوط من معنى السقوط والانهيال الادبي .

وخلصه القول أن شقاء النفس بصفات الطفولة يدفع بعض الناس الى اصطلاح المنافسة يلتمسون فيها شفاء من الشعور بالعجز والنقص والقنق . ولكن الغيرة المدمرة التي تكمن وراء المنافسة مضيعة للعطف وهو مطلب حيوى بدونه يزداد الشعور بالعجز والتقلق . فطريق المنافسة العمياء طريق مفض الى حلقة مفرغة ومأزق يفيضان شقاء لا شفاء منه الا بالنضج .



ان الصلة بين الجريمة والذنب والعقاب صلة واضحة يقوم عليها حكم القانون والعرف . فمن أجرم كان مذنباً واستحق العقاب . وعندما يحاكم المتهم فإننا نتوقع أن ينكر الجريمة هرباً من العقاب . ان ذلك يبدو بديهياً واضحاً . فاذا قيل لنا أن الذنب أو الاحساس بالذنب ليس دائماً نتيجة للجريمة وإنما قد يكون سبباً في الجريمة فإننا ننكر هذا القول ونعتبره تناقضاً لا يصح في الأذهان . ومع ذلك فإن كل أخصائي في تحقيق الجنايات يعلم أن المجرم يترك دائماً ما يكشف عن شخصيته ويقوم الدليل اليوم على أن بعض الاشقياء يرتكبون الجريمة طلباً للوقوع تحت طائلة القانون ، وبحثاً عن العقاب مدفوعين في ذلك باحساس مقيم بالذنب .

وقد أتيج لي يوماً أن أفحص حالة متهم وأبدي الرأي فيه من الناحية النفسية أمام المحكمة . ولفت نظري عند قراءة أوراق القضية أن المتهم ارتكب منذ نحو خمس سنوات نفس الائم الذي يحاكم من أجله الآن . وكانت المحكمة قد حكمت عليه اذ ذاك بالسجن مع إيقاف التنفيذ . وها هو يعود الى فعلته بعد خمس سنوات الا أسابيع قليلة أى قبل مضي الفترة التي يسقط بعدها أثر الحكم الاول وعندما قلت له ألم يكن يستطيع أن يصبر بضعة أسابيع حتى تمر فترة الخمس سنوات أجابني محتداً : وهل تريدني أن أترك الفرصة تمر دون أن أنتقم من ذلك المجرم ، ويعنى بذلك المجنى عليه . ولكن مناقشة المتهم ودراسة ظروف الجناية دلت بوضوح على أن الفرصة التي تمكنه من أن يرغم المحكمة على إصدار الحكم عليه مشمولاً بالنفاذ وقد كان ممثل النيابة ذكياً فلخص الموقف في قوله : ان المتهم لن يصفح عن المحكمة اذا أوقفت التنفيذ هذه المرة أيضاً .

يتضح اذن ان الجريمة قد تكون وسيلة يتخذها الانسان لاستئصال العقاب على نفسه حتى يخفف من وطأة الاحساس بالذنب . وقد يعتمد الانسان الى المرض النفسى وعذابه يلتبس فيها شفاء من تبكيت الضمير . وهذا يفسر لنا المقاومة العنيدة التى يبذلها المريض اثناء العلاج النفسى ويوضح لنا السبب فى تشبث المريض بمرضه . فاذا كان عذاب المرض دواء فان الشفاء منه يصبح داء ينفر منه المريض . ويكون الظفر بالنجاح والسعادة عبثا ينوء بحمله .

فهذه سيدة فى متوسط العمر نجح الطبيب فى شفائها من أعراض نفسية أرغمتها على عيشة شقية نحو خمس عشرة سنة وحالت دون استمتاعها بالحياة . والآن وقد شعرت أنها استعادت صحتها ، انطلقت فى أعصار من النشاط لكى تنمى ملكاتها ، التى لم يكن يستهان بها فتنازل شيئا من التقدير والمتعة والنجاح قبل أن يفوت الاوان . ولكن جميع محاولاتها انتهت بأن وضع لها ، أو خيل اليها ، أنها بلغت سنا لاتستطيع معها أن تنجز شيئا من هذا القبيل .

فكلما تحقق لها شيء من ذلك فان النكسة المرضية كانت تهددها لو أن أحماءها بالمرض لم يعد ممكنا . فعوضا عن ذلك كانت تحدث لها اصابات تقعدها فترة من الزمن وتوسعها ألما ، فكانت تسقط فتقصع قدمها ، أو تؤذى ركبته ، أو تجرح يدها أثناء قيامها بعمل ما حتى اذا تبينت عظم مسئوليتها الشخصية فى هذه الاصابات التى كانت تبدو أنها محض الصدفة ، غيرت خطتها فبدلا من الاصابات أصبح يحل بها أمراض هينة مثل الزكام والتهاب الحلق وحالات الانفلونزا أو التورم الروماتزمى . فلما صح عزمها فى النهاية على أن تركز الى الحمول أسدل الستار على هذه القصة .

يتضح اذن ان الحاجة الى انزال العقاب بالنفس هى الدافع المشترك فى كل مايحل بهذه السيدة البائسة . فقد كان المرض النفسى فى



بادىء الامر وسيلة لاشباع حاجتها الى العقاب . فلما تخلصت منه وأقبلت على الحياة كانت كأنما تقبل على شيء ممنوع محرم فأنزلت بنفسها ألوانا من الازى حالت بينها وبين الاستمتاع بشمن جهادها ولم تنج من مطاردة رغبتها فى العقاب الا عندما أقلعت عن الطموح وقنعت بالحرمان .

ان مثل هذا المصير يبدو لنا كأن قدرا سميئا غضوبا يلاحق الانسان . وقد تلقى اللوم على الحظ العاثر ولكن الحظ العاثر انما هو ما يصنع الانسان بنفسه وقد ينجح الرجل فى الفوز بالتقدير والاعجاب . واذا هو يفسد فى المرة التالية ما كسب فى الاولى . وكأنه يقتفى أثر بنبلوب ، التى يروى عنها فى الاسطورة اليونانية أنها كانت تحل فى الليل ما تنسج فى النهار . وقد يظل الرجل هادىء النفس مرتاح البال طالما كان حظه من المال أو النصب قليلا حتى اذا ظفر بما كان يطمع فيه اضطربت نفسه واختل توازنه ، وقد يقع عندئذ فريسة لمرض نفسى خطير . أو قد يضطر الى ألوان من البذل والشقاء يقدمها قربانا على مذبح الضمير الغضوب كان يفسد حياته الزوجية مقابل توفيقه فى غيرها .

وعندما يكون الضمير قاسيا غضوبا على هذا النحو فان التشاؤم يغلب التفاؤل . فاذا سمع الانسان أن شخصا ذامكانه يريد مقابله تهيب وظن أنه يريد أن يناقشه الحساب . واذا أبطأ الاصدقاء فى زيارته أو فى الرد على رسائله حسب أنه لابد قد ارتكب ما جعله يستحق الاهمال .

على أن أوضح صورة لقسوة الضمير نجدها فى الامراض النفسية الخطيرة . ففي مرض الوسواس الشديد لايسكاد المريض يقرأ عن حادثة قتل حتى يفزع ويقوم فى نفسه وسواس بأنه قد يكون الفاعل واذا تحدث الناس عن سرقة تحسس جيوبه خشية أن يكون هو.

الذى ارتكبها وهو غافل • وفى مرض الملا نخوليا نجد المريض يلوم نفسه أشد اللوم ويلصق بنفسه أخطر التهم •

لا بد لنا الآن أن نقف لنسأل لم يقسو الانسان على نفسه ويشقيها على هذا النحو اننا لانجد مثيلا لهذا المسلك فى سائر الكائنات الحية • فقد نجد الخوف لدى بعض الحيوانات العليا ولكننا لانجد تبكيت الضمير الا لدى الانسان • فالضمير من غير شك صفة تنفرد بها نفس الانسان وميزة ترجع بها كفته على غيره من الكائنات الحية وأساس تنبى عليه حضارته مثله فى ذلك مثل الذكاء • وكما أن ذكاء المرء محسوب عليه فان ضميره كذلك محسوب عليه •

وغنى عن البيان أن الضمير يقوم بوظيفة حيوية • فهو يقى الانسان من أخطار محققة • فعندما تراود النفس رغبات لا تتفق مع ماتواضع عليه الناس هب الضمير محذرا من سواء العاقبة معطلا تنفيذ هذه الرغبات مثله فى ذلك مثل الوالد ينذر ولده ويأمره بالمعروف وينهاه عن المنكر ، والواقع أن للضمير تاريخا وقصة • فاما القصة فهى قصة الطفل مع والديه وأما التاريخ فهو تاريخ الانسانية كلها •

فانطلق فى مطلع حياته لا يميز الخير من الشر وانما تلح عليه رغبات الخير عنده فى اشباعها والشر فى صدها • ولكن عجزه وضعفه يجعلان الوالدين وحبهما له بعض ما يسعى اليه • وفى سبيل ذلك يمتنع عما ينهى عنه كما أنه ياتمر بأمرهما خشيية العقاب • ولكن الخطوة الحاسمة فى تهذيب الطفل وتطبيع بطابع حضارته لا تتم الا عندما يعتنق الطفل أساليب والديه وينهج منهجها حتى أثناء غيبتهما • عند ذلك يتحقق له نوع من الاستقلال عنهما • فهو يحمل بين جنبيه صورة لهما تسهر عليه كما كانا

يسهران وترشده وتؤنبيه كما كانا يفعلان . فتأنيب الصغير انما هو صدى لتأنيب الوالدين وكما كان الطفل يسعد برضى الوالدين ويشقى بغضبهما فان المرء عند بلوغه يقف هذا الموقف من ضميره وقد يسعى الى العقاب حتى يظفر بالصفح .

ومن الجلى أن كل اضطراب فى علاقة الطفل بوالديه لا بد أن يسفر عن اضطراب مماثل فى علاقة الانسان بضميره . ولكن أخطر أنواع الاضطراب تنجم عن النقصان فى النضج . فعندما تعوز الانسان صفات النضج ويظل يصدر عن بواعث طفلية فان الضمير يتصف كذلك بصفات طفلية . أخصها القسوة ومنافاة المنطق . فمن الثابت أن الطفل فى سنواته الاولى يتصف بقسوة مدمرة لا يلبث الضمير أن يمتصها ويعيدها الى الذات .

ويزداد شقاء النفس لميلها عندئذ الى الغاء وظيفة الضمير على الآخرين . وكان النفس قد أبهظها حمل الضمير هذه الصورة الابوية فتردها الى مكانها الاول ويصبح الانسان كأنه طفل والناس من حوله آباء يبتغى رضاهم ويبذل من أجل ذلك ثمنا غاليا .

ان الضمير نعمة اذا نضجت النفس واكمل نموها ، وهو نقمة اذا اتصف الناس بالطفولة . .



# علم النفس في خِدمة المجتمع

للدكتور احمد فتواد الاهواني



نحن جميعا أفراد نعيش فى مجتمع واحد يهمنى ان يكون سليما حتى  
يطيب لنا العيش فيه ، خاليا من الآفات الاجتماعية حتى نطمئن على  
حياتنا . ومن أعظم الآفات التى تصيب المجتمع ، فتزلزل الامن ،  
وتجعل الانسان قلقا على نفسه ، دائم الخوف والجزع ، انتشار الجرائم .  
ومن أجل ذلك كان حفظ الامن فى داخل البلاد ، أهم وظائف الحكومة .  
ولا نزاع ان الامن ، بوجه عام ، فى القرن العشرين اصبح مستتباً فى  
العالم أجمع ، عنه فى القرون السابقة ، التى كان لا يأمن فيها ساكن ،  
أو مسافر ، أو تاجر ، على نفسه ، ان برا أو بحرا .

ويرجع الفضل فى ذلك الى عوامل كثيرة ، على رأسها استخدام علم  
النفس الحديث ، فى بحث جرائم المجتمع وعمله ، وتحليل نفسية  
المجرمين ، ومعرفة الاسباب التى تدفعهم الى ارتكاب الجريمة ، والعمل  
على ازالة هذه الاسباب ، وعلى علاج نفسية المجرمين .

وخلاصة الامر فى جميع الجرائم أنها نوع من العدوان يصدر من الفرد  
على المجتمع ، أو من الفرد على نفسه . فالنصب ، والاحتيال ، والنشل ،  
والتزوير والسرقة ، والضرب ، والقتل ، وجرائم العرض ، وأى نوع  
من أنواع الجرائم ، يرجع فى النهاية الى هذه الحقيقة النفسانية ، نعى  
اعتداء شخص على شخص آخر ، أو على المجتمع بأسره ، ويسمى هذا  
الاعتداء جريمة ، ويسمى صاحبه مجرماً .

من أجل ذلك اذا اردنا استغلال علم النفس لخدمة المجتمع علينا ان  
ننظر فى الدوافع التى تبعث بعض الناس الى العدوان ، والى الايذاء  
وايقاع الضرر بالغير .



والناس من جهة صلتهم بالمجتمع ثلاث أصناف : مسالمون ، ومعتدون ، ومتعزلون . والمسالمون هم الاغلبية ، يعقدون صلوات حسنة بالناس ، ويحبون لهم الخير ، ويبادرون بمساعدتهم ، واذا اعتدى عليهم أحد صفحوا عنه وآثروا الابتعاد عن المشاغبة . والمعتدون يميلون الى مشاكسة غيرهم ، والهجوم عليهم ، ويجدون لذة فى هذا الاعتداء ، والاغتصاب ، والتعذيب . واذا اشتد فى هذا الصنف الميل الى العدوان كان جريمة . وصنف ثالث يهرب من المجتمع ، لا يسأله ولا يعاديه ، بل ينعزل بينه وبين نفسه ، يعيش فى برج عاجى ، وينفرد عن الناس

وقد ذهب بعض العلماء الى القول بأن هذه الاصناف الثلاثة فطرية ، أى موروثة ، فالمسالم مسالم بالطبع ، والمعتدى يميل الى العدوان بالوراثة ، والمنعزل ينجح الى الانفراد ، ويهوى العزلة بالفطرة . وقد يكون فى كلام هؤلاء العلماء بعض الصواب . ولكن أثر البيئة عظيم ، وثمره التربوية منذ الصغر ملموس . انظر الى الطفل الصغير ، انه مثال الطهر والبراءة . لا يعرف عدوانا ، ولا يميل الى ابداء ، ولا يحب العزلة والانفراد ، ولكنه يصاب ببعض الأمراض الباطنية التى تؤلمه فيتألم ، ثم يصيح ويبكى لانه عاجز عن الكلام ، والافصاح عن ذات نفسه ، فتحاول أمه اسكاته غير أنها لجهلها معرفة علة الألم تضيق بسكاته فتضربه ليسكت . والاب أكثر ضربا لابنائه من الام ، لانه يعود من عماه مجهدا متعبا ، يريد ان يستريح ، وأن يغمض عينيه ويسلم عينيه للنوم . فاذا صاح الطفل الصغير نهض الاب فى غضب شديد يضربه ، فيخاف الطفل ، ويسكت . ولكن الطفل يسكت ، وفى نفسه أول ثورة يحملها دون وعى منه للمجتمع ، لانه اعتدى عليه دون ذنب ولم يستطع ان يرد عن نفسه العدوان . ومن هنا تنشأ بذور العقد النفسية كلها ، التى تسفر فيما بعد عن الجريمة والمجرمين ، وعن الاعتداء بشتى أنواعه ، وعن المجرمين بسائر صنوفهم .

وحين يكبر الطفل بعض الشيء ، تجده ينفس عن الاعتداء الذى وقع ، ويقع عليه ، بعدوان مثله ، فهو يضرب أخاه الاصغر منه ، ويضرب الاطفال ، الصغار الذين يلعب معهم ، ويحطم الاشياء التى تقع يده عليها لابرار شخصيته المحطمة .

وأخطر من ذلك كله شعور الطفل بالحرمان من عطف والديه ، وحنان الاسرة ، وبخاصة اذا كانت العلاقة فاسدة بين الاب والام ، أو كان الاب متزوجا أكثر من زوجة ، أو ماتت الام وتزوج الاب زوجة أخرى تسوم أولاده سوء العذاب . فبنشأ الابن ساخطا على المجتمع بأسره ، يريد أن يتقم لنفسه ويثأر لها .

هؤلاء الصغار الذين فسدت نشأتهم يسهل وقوعهم فريسة لارتكاب الجرائم . وهم قلة شاذة ، يستهوئهم غيرهم من الكبار ، ويزينون لهم طريق الجريمة ، ويعلمونهم أصولها ، ويدربونهم عليها . فتنشأ عصاة تلمشل أو السرقة وغير ذلك . ثم يعتاد المجرم سبيلا معينة للجريمة يألئها ، ولا يغيرها .

وهنا يتدخل علم النفس ويبرز سلطانه ، فقد اتضح من دراسة طوائف المجرمين أنهم عميد لعادات معينة لا يتحولون عنها . ولذلك يسجل رجال البوليس طريقة كل مجرم ، بعد تتبعه ، ومراقبته . فاذا وقعت جريمة معينة نظر في سجلاته وفيشاته ، وعرف المجرم من طريقة وقوع الجريمة . وقد قرأنا أخيرا أن أحد السواح الاجانب نشل واستطاع البوليس معرفة المسافر بعد يوم واحد ، مما جعل الصحف الاجنبية تلتهج بالثناء على براعة البوليس المصرى ، والفضل فى ذلك الى استخدام البحث النفسى فى تعقب الجريمة .

أما اذا وقعت جريمة لا تدل على أنها من الجرائم المألوفة ، وبخاصة جرائم القتل ، حصر البوليس الشبهة فى الاشخاص ذوى المصلحة فى

ارتكابها ، ثم نظر فى الدافع الذى يدفع كلا واحد منهم ، ومن المعروف فى علم النفس ان الانسان لا يرتكب عملا الا اذا دفعه اليه دافع ، وكلما كان الدافع أقوى ، كانت الشبهة أعظم . فالدافع هو المفتاح النفساني الذى يفتح به المحقق باب المجرم . فاذا كان الدافع هو السرقة التى أفضت الى القتل ، وحصر ثبوليس شبهته فى الخادم ، أو بواب المنزل مثلا فنش بيته نثيشا دقيقا ، فقد يعثر على بقعة دم على قميص . فاذا ضيق عليه المحقق الحناق ، وهجم عليه بالاسئلة ، وأثار فى نفسه الضمير ، اعترف المجرم .

وأخيرا يلقي بالمجرمين فى السجون . وهنا أيضا بدأ علم النفس يعالج المسجونين ، وينقذهم بعصاه السحرية . كانت السجون الى عهد قريب فى جميع أنحاء العالم أداة تعذيب وانتقام من المجرمين ، فكان المسجون يقضى فترة العقوبة ، ثم يخرج وهو أشد كراهية للمجتمع ، وحقدا عليه ، ورغبة فى المزيد من الانتقام . ويكون قد اختلط بغيره من المجرمين فى السجن ، وبرع فى أساليب الاجرام . ثم تغيرت نظرة المجتمع الى المجرمين ، وأصبح المجرم معدودا مريضا نفسانيا يحتاج الى علاج نفساني ، أكثر من حاجته الى العقاب . وقد طبقت الدول الغربية نظريات علم النفس على المجرم ، وبعضها أباحت للمسجونين الخروج من السجن فترة من الوقت ثم العودة اليه ، وبعضها أباحت له الاختلاط بأهله ، وقد اخذت مصر بهذه النظريات ففررت العداء القبود الحديدية عن أرجل المحكوم عليهم بالاشغال الشاقة المؤبدة ، وهى فى سبيل تطبيق مبادئ أخرى من علم النفس على المجرمين طلبا لصلاحهم وتهذيبهم وعلاجهم .

وأساس هذه الاصلاحات الرجوع الى التحليل النفساني لمعرفة العقدة النفسانية التى تدفع المجرم الى العدوان على المجتمع ، وهذه العقدة هى كما قلنا فى أول هذا الحديث شعوره بانعدام العطف من

أسرته ، وفقدان محبة الأب والام ، وقسوتهما عليه وهو فى سن مبكرة صغيرة ، فينشأ على محبة العدوان ، وعلى الرغبة فى الانتقام من المجتمع بأسره .

وسيل العلاج يكون أولا بالتحليل النفسانى داخل عيادات خاصة يشرف عليها أطباء نفسانيون مختصون ، يكشفون العلة الصحيحة للمجرم ، ثم يحاولون اعانة تربيته تربية اجتماعية الغرض منها العطف على المجتمع والإقبال عليه ، لا كراهيته والرغبة فى الانتقام منه .

والجرمون فئة فيهم ذكاء غالبا ، ولكنهم يعتقدون فى سوء البخت ، وفى أن المجتمع يضطهدهم ، ولا يعطيهم حقهم كاملا . وهم لذلك يعيشون فى جو من الخيال ، ولا يعترفون بالحقائق . يرغبون فى المال فلا يطالبونه بالعمل والدأى والمثابرة من طريق الحلال كما يفعل معظم الناس ، ( بل يقولون لانفسهم ولماذا لا أكون غنيا كهؤلاء الناس ) . فمنهم من يطلب صدقة ، ومنهم من يلعب الميسر ، ومنهم من يطمع فى المال عن طريق السرقة ، لانه يعتقد ان المجتمع حرمه من المال . وهذا نوع من التفكير الشاذ ، وهو ناشئ من تلك العقدة النفسية التى زرعت فى نفسه منذ أن كان طفلا ، فكان يحرم من العطف ومن القوت على حين كان بعض أخوته يعاملون معاملة خيرا منه .

فالعلاج الاول هو العلاج النفسانى ، والعلاج الثانى علاج اجتماعى يهدف الى التقريب بين نفسية المجرم وبين المعيشة الاجتماعية السليمة . وهذا هو رأى علماء النفس والاجتماع الذى اعلنوه فى المؤتمر الدولى للصحة العقلية ، والذى عقد فى لندن عام ١٩٤٨ ، وانتهوا فيه الى القرار : « ان معنى الصحة العقلية فى المجتمع ، من وجهة النظر الاجتماعية ، أن تخلق وعيا أفضل للفرص الموجودة فى أيدي الناس لتحسين العالم من حولهم ، وتحقيق أغراضهم تحقيقا أوفى » .

فلكى يخدم علم النفس المجتمع ، يجب ان يفهم الناس أنفسهم فهما  
صحيحا ، ويجب ان يفهموا كذلك المجتمع الذى يعيشون فيه ، ثم يجب  
أن يعملوا على ملاءمة أنفسهم وحاجات هذا المجتمع .

## التوجيه المهني

التفكير في المجتمع وكيف نصلحه ونرفع من شأنه يشغل بال كل انسان لان في صلاح المجتمع صلاح الفرد . والفرد الصالح هو الذي يؤدي عمله أحسن أداء ، فاذا اجتمعت ملايين الاعمال الصالحة كانت ثمرتها قوة المجتمع ومهابة الامة ، وبمقدار ماينقص من أعمال الافراد ، سواء بالعطل أو الضعف والرداءة ، تنقص قوة المجتمع وتهبط منزلته .

وخلاصة القول في الفرد الصالح أن نضع كل شخص في المركز الملائم له بحسب استعداده وميوله . فاذا اشتغل شخص بمهنة تخالف ميوله الفطرية لم يحسن أداء هذه المهنة ، لانه يتبرم بها ويؤديها مكرها ، ولا يمكن أن يزداد انتاجه أو يتحسن . وكم من صانع كان ينبغي أن يكون تاجرا ، أو تاجر كان يحسن أن يكون ممثلا ، أو معلم كان الافضل له أن يشتغل بالزراعة ، وهكذا . والمستول عن هذا التوجيه الخاطئ البيت ثم المدرسة . فالاب مسئول عن تربية أبنائه ، وعن اكتشاف ميولهم ، وتنميتها ، ثم توجيههم حسب هذه الميول . ولكن الآباء معذورون ، لانهم لم يأخذوا حظهم في علم النفس الذي يعرفون بواسطته طبائع الابناء وهواياتهم . ولذلك كانت دراسة هذا العلم فرضا واجبا على كل انسان يريد أن يوجه نفسه التوجيه الصحيح ، ويريد أن يوجه أبنائه وهو يرجو لهم أفضل مستقبل . وقد درج الناس في أوروبا وأمريكا على الاسترشاد بآراء المختصين كي يوجهوا الاطفال والشباب نحو الدراسة الملائمة لهم ، والمهنة التي تليق بهم ، حتى يوضع

الشخص الصالح فى المركز الملائم . ولو اتبعنا فى مصر هذه الطريقة العلمية لتخلصنا من كثير من المشكلات التى تعرض للشباب ، مثل هروب الطلبة من المدرسة ، أو رسوبهم فى الامتحانات ، أو فشلهم فى العمل حتى بعد تخرجهم من المدارس لان مرجع هذه العيوب كلها هو انعدام الميل . فالطالب الذى يهرب من المدرسة الثانوية دليل فى الاغلب على عدم ميله الى الدراسة النظرية ، ولو اشتغل بصناعة لنبح وبرع . وقد نجد طالبا فى كلية الطب لا ينجح الا بمشقة شديدة ، ويرسب عاما بعد عام ، لان استعداده بعيد البعد كله عن دراسة الطب ، ويميل الميل كله الى الادب أو الموسيقى . ولو اتجه نحو الدراسة الادبية لتفوق والمدرسة كذلك مسئولة عن توجيه تلاميذها نحو الدراسات الملائمة لكل تلميذ . ولم تكن الاختبارات النفسية المعروفة لدينا كافية فى كشف هذه الميول ، لان هناك اختبارات خاصة بالذكاء والشخصية والكفاية المهنية وشتى أنواع المهارات . وهذه الاختبارات لم تطبق حتى الآن فى مصر ، ما عدا فى معاهد التربية ومدارس المعلمين ، اذ يعقد عند الالتحاق اختبار شخصى للكشف عن ميل الطالب الحقيقى الى اختيار مهنة التعليم . ونحن نرجو أن تطبق هذه الاختبارات فى كل ناحية من نواحي الدراسة ، وفى كل نون من اوان العمل .

فلا خلاف اذن فى المبدأ الذى قررناه وهو وضع الشخص الصالح فى المكان الملائم ، وانما الخلاف كل الخلاف ، والصعوبة الحقيقية هى الطريقة التى يمكن أن نختبر بها الاشخاص لمعرفة ميولهم واستعداداتهم ، وقد فطن أفلاطون فى الزمن القديم الى هذه النظرية فرأى أن صلاح المجتمع ، وأن المدينة الفاضلة ، هى تلك التى يشتمل كل فرد فيها المكان الملائم له ، وقسم الناس بحسب استعدادهم وبحسب النفس الانسانية ثلاثة أصناف ، العمال والصناع ، والجند والحكام ، لأن النفس الانسانية تنقسم ثلاثة



أقسام هي النفس الشهوانية والغضبية والعاقلة ، ولكن علم النفس الحديث هدم تلك النظرية ، وقدم مناهج ومباحث تختلف اختلافا تاما عن علم النفس القديم ، وأكبر خلاف بين العلم القديم والحديث ، أننا اليوم نعتمد على التجارب والمشاهدات والاختبارات لا على التفكير النظرى .

وقصة الاختبارات التى تقيس القدرات المختلفة فى الفرد قصة حديثة جدا ، بدأت فى أوائل هذا القرن العشرين ولا يزال العلماء يجدون فى تحسينها وضبطها .

والاختبارات نوعان ، الاختبار الشخصى ، والاختبار العام ، فالاختبار الشخصى أن يجلس العالم النفسانى مع كل فرد على حدة فترة من الوقت يسأله فيها عن أحواله ، ويتحدث وایاه ، فيكتشف من خلال الحديث معه رغباته الحقيقية وميوله الصحيحة ، وهذه الطريقة يتبعها أيضا رجال الأعمال ومديرو الشركات حين يرغبون فى اختبار الموظفين ووضع كل منهم فى المكان اللائق به ، فهذا محل نجارى كبير ، يحتاج الى كنية ، وباعة يتصلون بالجمهور ، ورؤساء يشرفون على المحل التجارى ، وفنيين يعرضون البضاعة فى الفترينات ، ومحصلين للأموال ، الى غير ذلك من الاعمال المتخصصة الكثيرة ، فالبائع الذى يتصل بالجمهور يحتاج الى الجاذبية الشخصية ، وحسن البيان ، ولطف الحديث ، والمهارة اللغوية للتأثير على المشتري ، والذى يرتب البضائع ويعرضها يحتاج الى ذوق فنى ، وليس من الضرورى أن يحسن الكلام ، والذى يلف البضاعة ويسلمها للزبائن يحتاج الى المهارة اليدوية ، فاذا وضعنا صاحب الذوق الفنى يبيع للجمهور لم يصلح ، لأنه لا يحسن الكلام وليست له القدرة على التأثير فى الناس ، وتو وضعنا صاحب المهارة اللغوية موضع الذى يسلم البضاعة ويلفها لم يحسن ، لأن المهارة اليدوية عنده ناقصة وليست من جملة استعدادة الفطرى .

وإذا كانت الاختبارات الشخصية هي الطريقة المتبعة في الأغلب عند اختيار عدد صغير من الناس ، أو النى يلجأ اليها أصحاب الأعمال ، فإنها لا تسعف في اختيار الأعداد الكبيرة ، مثل طلبة المدارس ، هذا فضلا عن تأثير الاختبار الشخصى بالهوى ، ونحن نريد أن يكون حكمنا دقيقا عمليا بريئا عن المزاج الشخصى .

لذلك لجأ العلماء الى الاختبارات العامة ، لقياس القدرة ، والمهارة ، والذكاء ، والشخصية .

واختبارات الذكاء معروفة في مصر منذ ربع قرن مضى ، اذ انتدبت الحكومة في ذلك الحين خبيرا في علم النفس والتربية هو الدكتور «كلاباريد» من سويسرا فوضع اختبارا ملائما للبيئة المصرية ، يشمل نحو ستين سؤالاً مختلفاً ، وطبعت الأسئلة ، ووزعت على عدد كبير من تلاميذ المدارس للكشف عن نسبة ذكائهم ، ولكن من عيوب مثل هذه الاختبارات أن الطلبة الذين يختبرون فيها يعرفونها بعد شيوعها وتداولها ، ولذلك يجب تغيير الاختبارات ونوع الأسئلة بين حين وآخر .

وقد طبقت في مصر على نطاق ضيق اختبارات الشخصية ، ولكنها ليست شائعة معروفة مثل اختبارات الذكاء ، وتعتمد الطريقة في اختبار الشخصية على أساس قياس صفات ذات قطبين ، مثل التشاؤم والتفاؤل ، المناورة والتخاذل ، النشاط والحمول ، الصدق والمراوغة ، المشاكسة والهدوء ، الترتيب والاهمال ، الانبساط والانطواء ، الزعامة والانقياد ، وهكذا .

نريد مثلاً أن نقيس مقدار الطموح في الشخص ، فنسأله هذه الأسئلة : هل ترى في أحلامك ليلاً أنك تنجح في أعمالك ؟ هل تعمل لهدف بعيد أمامك أكثر من تحقيق أهداف يومية ؟ فإذا كنت تضحى

بالفوائد العاجلة فى سبيل تحقيق هدف بعيد ، فانت مرء أصحاب  
الطموح .

أو نريد أن نعرف مقدار اعتماد انشخص على نفسه ومقدار  
اعتماده على غيره ، اذ يترتب على هذا القياس وضع الشخص فى عمل  
رئيسى يكون مسئولا عنه ويتصرف فيه ، أو وضعه فى مكان يتلقى فيه  
الأوامر وينفذها فقط ، فنسأله هذا الأسئلة ، هل اعتدت اذا  
اعترضتك مشكلات أو أصابتك كوارث أن تسأل رءى أصدقائك فيها ؟  
هل تظن فى بعض الأحيان أنك مهمل وغير محبوب ؟ هل تحسب  
حساب آراء الناس قبل اتخاذ أى قرار ؟ هل تحس بالعجز اذا فقدت  
من تحب ؟ هل تسكو للناس وتغضى اليهم بالآلامك ومتاعبك ؟ هل  
تثبط همتك اذا جرت الأمور على خلاف ما تشتهى ؟ وبناء على اجابات  
الشخص على هذه الأسئلة يبحث العلماء النفسانيون حسابا  
خاصا بعد اعطاء درجة لكل جواب ، فيستخرجون مقدار استقلاله  
أو اعتماده على غيره ، ويمكن بذلك أن يوجه ، ويوضع فى المكان  
الملائم به .

صفوة القول اننا نجناز الآن مرحلة جديدة فى تاريخنا تحتاج الى  
حشد جميع الجهود العلمية لتوجيه المجتمع التوجيه السديد ،  
وبخاصة فى ميادين الصناعة والتجارة والزراعة ، وهى كلها ميادين  
جديدة تحتاج الى الخروج على المألوف لتغيير المجتمع ، وليس جميع  
الناس صالحين للزراعة أو التجارة أو الصناعة ، هذا الى أن الصناعات  
متعددة ومختلفة وفيها فروع لاحصر لها ، يحتاج كل فرع منها الى  
مهارة خاصة ، وتعتمد هذه المهارة على الميل الفطرى والاستعداد  
الموهوب ، حتى اذا أضيف التدريب الى الموهبة الفطرية استخلصنا من  
الفرد أقصى ما يمكن أن يقدمه من العمل المتقن ، والقوى الانسانية  
مختلفة متنوعة ، منها قوى لفظية ، وأخرى أدبية ، وثالثة يدوية ،  
ورابعة فنية ، وخامسة فكرية نظرية ، وكل مقدرة من هذه النواحي

تنقسم الى قدرات خاصة أيضا ، ولذلك أصبح من الضروري قياس الميول والاستعدادات والكفايات والمهارات قياسا دقيقا يستند الى مبادئ علم النفس ومناهجه ، حتى نتجنب ما يمكن أن تتعرض له البلاد من خسارة قد تبلغ الملايين من الجنيهات كل عام ، اذا لم نحسن وضع الشخص الصالح فى المركز الملائم ، لأن الثروة الحقيقية ليست فى باطن الأرض أو على ظهرها ، بل الانسان هو الثروة ، وهو الكنز الثمين ، اذا أحسنا توجيهه ووضعناه فى المكان المناسب استخرج من الأرض كنوزها ، وارتفعت ثروة المجتمع وأصبح قويا مهيبا صالحا ، والفضل فى ذلك الى علم النفس أو العلم بالنفس .

## حسن التوجيه

يفكر الناس فى كل عصر وفى كل زمان فى أمر المجتمع الذى يعيشون فيه يحاولون التقدم به ، وبقى المجتمع ثمرة هذا التفكير ، ونتيجة اتباع الاساليب المؤدية الى رفع شأنه . ويمتاز العصر الحاضر بتطبيق العلم على المجتمع ، وبتطبيق علم النفس وجه خاص . والمجتمع مجموعة من الافراد ، ولكنهم متشابكون ، ويشغل كل منهم وظيفة ، ويؤدى عملا خاصا . ومن الواضح أن الفرد لا يعيش منعزلا ، أو يؤدى عمله مستقلا عن غيره ، فالأعمال ، وبخاصة فى المجتمعات الراقية ، متشابكة متداخلة ، والأغلب أن العمل الواحد يقوم به عدة أفراد قام فيهم رئيس يرعاهم ويوجه أعمالهم ويديرها ، وكان الباقيون تبعاً له ، مسئولون منه ، كما جاء فى الأثر « كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته » . ومعنى ذلك أن كل فرد فى المجتمع عليه مسئولية الاشراف على غيره ، وتوجيهه ، غير أن بعض الناس تتسع نطاق مسئوليتهم اتساعا كبيرا حتى تشمل الدولة كلها ، مثل رئيس الحكومة ، وبعض الناس تضيق مسئوليته فتشمل عددا يصيرا مثل زوجته وأولاده .

ومن طبيعة هذا الاشراف أن يقوم صاحب الأمر بتوجيه من يلى أمرهم ، وتعليمهم ، ومراقبتهم ، حتى اذا أخطأوا عالج ما يقع منهم وحاول اصلاحهم . وهذه هى المشكلة الكبرى التى نحاول اليوم حلها ، نعنى اصلاح أخطاء الناس ، لا بالعنف الذى يقهر ، ولا بالعسف الذى يكسر ، بل بالعطف الذى يجبر .

والناس في المجتمع صنفان قاصر وراشد ، فالقاصر هو الصغير والطفل والشاب نعلمهم نقدم لهم خلاصة الحضارة التي بلغتھا الانسانية، ثم ينزلون الى المجتمع راشدين يعملون لكسب المعاش ، والتعاون فيما بينهم على التقدم بالمجتمع خطوة الى الامام . ثم يقوم الراشد بتعليم القاصر ، وتلقينه خلاصة الحضارة ، وبذلك يتقدم المجتمع ، وهذا هو سبيل الاحتفاظ بالحضارة .

وسواء علمنا القاصر في البيت أو المدرسة ، فان تعليمه يقوم على مبادئ نفسانية وأسس علمية أصبحت معروفة مقررة بعد التجارب العلمية . وقد أجرى بعض علماء النفس تجارب على مائة تلميذ لبيان أثر المدح والذم ، أو الثواب والعقاب في تقدم التلاميذ ، فقسموهم أربع مجموعات ، وأعطوا كل مجموعة عددا من مسائل الحساب يحلوها في ربع ساعة . واستمرت التجربة خمسة أيام ، في كل يوم يعطى التلاميذ مسائل حديثة . المجموعة الاولى يشنى على عملها سواء أخطأ أو لم يخطئوا . والمجموعة الثانية يؤنب كل تلميذ علانية أمام زملائه على ما ارتكب من أخطاء . ومجموعة ثالثة تركت وشأنها ، لم يمدح تلميذ أو يذم ، بل تجاهل الاستاذ أعمالهم ، ولكنهم كانوا يشهدون مدح المجموعة الاولى وذم المجموعة الثانية . أما المجموعة الرابعة فقد وضع كل تلميذ في عزلة وحده ، حتى لا يعملوا في جماعة ، ولا يشهد أحد منهم لا مدحا ولا ذما . فكانت نتيجة التجربة من حيث التقدم العلمي كما يأتي ، الاولى الممدوحة ، والثانية المؤنبه ، والثالثة المتجاهلة ، والرابعة المنعزلة . ويتضح من ذلك أن الثناء أعظم سبيل الى التعلم والحث على العمل ، وأن الذم والتأنيب والتقريع أقل أثرا . ويتضح كذلك أننا لو تركنا الناس وشأنهم يصححون أخطاءهم بأنفسهم لقل تعليمهم واحتاجوا الى زمن طويل .

أما الراشدون فالأمر معهم أشد عسرا . ونحن في حاجة كراشدين الى علاج من يعمل معنا . هذا ناظر مدرسة عنده عدد من المدرسين ،

وهذا مدير مصلحة يعاونه عدد من الموظفين ، وهذا رئيس عمال فى مصنع ، وغير ذلك ، وكل واحد منهم يرغب أن يتم العمل على أحسن وجه . ومن الطبيعى أن يخطئ المرء لاننا جميعا عرضة للخطأ . ولكن التنبيه على الخطأ ، ومحاولة اصلاحه ، ليس من الأمور المحبوبة ، لأن الناس تنفر من النقد ، ولا تحب أن تعترف بأخطائها . والسكوت على هذه الأخطاء يسئ الى العمل ويؤخره ، واذا حسبت الخسارة بالحساب المادى كان عظيما . كصاحب المزرعة الذى يهمل زراعتها فى تنقية دودة القطن ، فانه يخسر مالا كثيرا . واذا كانت خسارة المال يمكن تعويضها ، فخسارة الأرواح أفدح . ان أى خطأ يرتكبه صاحب الصيدلية فى تركيب الدواء يذهب بحياة المريض . وقد حدث أن بعض الجراحين نسي آلات جراحية فى بطن المريض .

نحن اذن بين أمرين أحلاهما مر ، التنبيه على أخطاء الناس ومحاولة اصلاحها وهذا شئ كريه ، والتغاضى عن هذه الأخطاء وفى هذا تضييع لمصلحة المجتمع . ولكى نخرج من هذا المأزق علينا أن نتعلم كيف نعالج أخطاء الناس بدون أن نشير فيهم السخط ، أو نجرح منهم الكرامة ، أو نبعث فيهم العناد ، أو نميت عندهم انشعور . وهذه مهمة اجتماعية عظيمة اذا أحسنا معرفتها والقيام بها خدمنا الناس وخدمنا المجتمع خدمة كبرى . لأن المشرف ، أو الرئيس ، أو ولى الأمر ، اذا أحسن التوجيه والارشاد ، بحيث يجعل من يرشده ويصحح له أخطاءه يحس بالعطف ، أدى ذلك الى بناء الأخلاق ، ونشر الفضيلة ، وبث الشجاعة فى النفوس ، مع انشعور بالثقة بالنفس ، وهذا كله يفضى الى شعور المرء بالسعادة والطمأنينة ، وذهاب الخوف والقلق .

والمجتمع السعيد هو ذلك الذى يؤدى فيه كل شخص عمله أداء صالحا صحيحا واثقا بنفسه ، لأن السعادة شعور نفسانى ينشأ من رؤية الشخص ثمرة عمله متقنة . فالممثل اذا أتقن دوره على المسرح



ورأى الجمهور يصفق له غمرته نشوة السرور • والنجار اذا صنع قطعة  
بديعة متقنة من الالاثاث امتلاً سعادة • وعذا هو انشأن فى كل صاحب  
عمل • ولكن المنزل لم يبلغ درجة الاتقان الا بعد أن تعثر وأخطأ ،  
وشقى الذين علموه فى تعليمه • وكذلك النجار أو أى شخص آخر •  
فانفضل لمن علمهم •

ونحن نعلم أن هناك وسائل سريعة نلجأ اليها حين نريد أن نصلح  
المعوج ونعالج المخطئ • منها طريقة انضرب • ولكن الضرب علاج يقوم  
على الخوف ، فنحن نعالج علة تنزرع فى النفس علة أفتك ، لأن الخوف  
إذا تمكن من النفس ، وكمن فيها ، يؤدى الى الشعور بالقلق ، وفقدان  
الثقة بالنفس ، فضلا عن الاصابة بأمراض نفسانية خطيرة عند بعض  
الناس •

وقد يلجأ صاحب العمل الى طريقة أخرى سريعة يعالج بها المخطئ ،  
تلك هى طرده من العمل • وهذه طريقة تدل على الانانية المطلقة ولا  
تؤدى صلاح المجتمع ، لأن كل صاحب عمل اذا هرب من مسئولية  
تعليم غيره وارشادهم فمن يقوم بهذا التعليم ؟

توجيه الناس ، والاشراف عليهم ، وتأديبهم ، واجب على كل فرد  
راشد فى الأئمة يقوم فيها بعمل من الأعمال ، ويتبعه عدد من الموظفين  
أو الأعوان •

وقد أصبح التوجيه فنا يقوم على مبادئ نفسانية ، واذا عرف  
صاحب أى عمل هذا الفن ، وأحسن ارشاد من يعملون معه ، نجح العمل  
وازدهر ، وعاشت هذه المجموعة معيشة سعيدة راضية •

ولنفرض أن أحد الموظفين أخطأ ، فما هى الخطوات التى يتبعها  
رئيسه لعلاج خطأه ؟

يجب أن يسعى الرئيس الى الحصول على جميع الحقائق ، وأن يبحث عن علة الخطأ ، حتى يكون حكمه حكما صحيحا عادلا . هذا ما فعله مدير شركة تببيع أدوات منزلية مع موظف أخطأ فى فاتورة الحساب فطلب من المشتري عشرين جنيها بدلا من ثلاثين . وهذه ولا شك خسارة تصيب المحل ، ولا بد من عقاب من فعلها . وكان ذلك المدير حكيما يحسن سياسة الموظفين ، وارشادهم ، وعلاجهم .

وكان أول ما فعله أن استدعى الموظف الى حجرته ، وجلسا معا وحدهما ، ونبه بعدم دخول أحد عليهما . لأن أول قاعدة فى الارشاد هى مناقشة الشخص فى عزلة عن غيره من الناس حتى لا تجرح كرامته من جهة ، وحتى يتكلم بصراحة من جهة ، اذ كثيرا ما تكون عنده أمور قد يخجل من التصريح بها علانية . ثم بدأ المدير يسأله بهدوء وأدب ، كى يشعر بالاطمئنان ، ويحس بانعطف . وشرع الموظف يجيب ، واستطرد فى الحديث ، فترك له المدير الحرية التواسعة فى الكلام وسمح له بالوقت الكافى . وكان ذلك الموظف معروفا بالدقة ، ولم يسبق له أن أخطأ . واعتذر بالسهو . فقال له المدير انك مشهور بالدقة وعدم النسيان أو الإهمال ، ولا بد للإهمال والسهو من أسباب ، فهل تشكو من متاعب خاصة ، وانتقل معه فى حديث خاص عن حياته المنزلية ، واتضح أن الموظف يشكو من متاعب تختص بمرض زوجته ، وأنه ظل بضعة أيام لا ينام فى الليل ، فضلا عن متاعب مالية جعلت أحواله تضطرب . وكان فى استطاعة المدير أن يعاقبه ، وله الحق فى ذلك ، ولكنه اتبع أسلوبا آخر يكسب به ثقة موظفه ويعالجه ، وبخاصة بعد أن عرف أن العلة الصحيحة اضطرارية ، فعقد للموظف سلفة يحل بها أزمته المالية فى البيت ، فترتاح أعصابه ويهدأ وينام الليل مطمئنا ، ويستقيظ مع الصباح فيحسن أداء عمله ولا يرتكب أخطاء ، وفى الوقت نفسه وقع عليه عقوبة واجبة ، هى استرداد مبلغ الجنيهات العشر التى خسرها المحل ، وذلك على أن تقسط عليه هذه السلفة على اثنى عشر

شهرًا • وبذلك أعاد المدير الثقة إلى الموظف ، ولم يجرح كرامته ،  
ونبت فيه السعادة ، وكسبه إلى جانبه ، فاستفاد العمل منه ، واستفاد  
المجتمع كذلك ، لأن وجود فرد صالح كسب عظيم للمجتمع ، وأوصلح  
جميع الأفراد ، لصلح المجتمع تبعاً لذلك •

وأعظم الأسباب التي تفسد التوجيه والإرشاد أن يتمكن الغضب  
من نفس صاحب العمل ، فيثور ، ويلجأ إلى عقوبات قاسية كالضرب أو  
الطرد • ومن المعروف أن الإنسان لا يستطيع أن يحكم على الأشياء  
حكماً صحيحاً وهو في سورة الغضب • لذلك ينبغي أن يحتفظ المرء  
بهذوئه • حقا إن رؤية الأخطاء ، وبخاصة إذا كانت جسيمة ، تبعث  
على الثورة ، وعلى الغضب ، ولكن ما فائدة الثورة وقد وقع ما وقع ،  
وحدث الخطأ ، إنما انعقل من ينظر في العلة ، ويحاول معرفة مصدرها  
حتى يتجنب الوقوع في مثل هذا الخطأ في المستقبل • وكثيراً ما تكون  
أسباب أخطاء الناس راجعة إلى علل نفسانية كامنة لو استخرجناها  
بالتحليل النفسي الذي يغوص إلى باطن النفس ، لساير الفرد سيرة  
قوية صالحة ، وفي صلاحه صلاح المجتمع • فانظر إلى فضل علم  
النفس واستخدامه في علاج الناس •

## الايحاء

الايحاء من أهم الظواهر النفسانية التي تؤثر في المجتمع وتثبت في الناس آراء معينة ، نطبعهم عليها ، وتسوقهم الى العمل بها . وفي أواخر القرن الماضي أراد صيدلى فرنسى ، أن يتبين تأثير الايحاء بالتجارب العلمية ، فأجرى التجربة المشهورة الآتية على المرضى باضطرابات الهضم . كان أميل كويه ، وهو اسم الصيدلى الفرنسى ، يضع ماء ملونا ممزوجا بمواد عطرية وسكرية ويعطيه للمرضى على أنه دواء ، ويصف لهم في الوقت نفسه ماسوف يشعرون به عند تعاطيه من تسكين الألم ، والشعور بالراحة ، وذهاب الاعراض التي يشكو منها المرضى ، وذلك بعد زمن معين من تناول الدواء ، وليس الدواء الا ماء ملونا . وكان أميل كويه يسجل اسماء المرضى ، ويسألهم بعد ذلك عن سير العلاج ، فوجد أن نسبة كبيرة ينجح معها هذا الايحاء ، كأن ما يتناولونه دواء صحيح . وبذلك أثبت بالتجربة العلمية تأثير الايحاء في النفوس .

فالايحاء ايهام وتخيل ، يجعل الوهم ، حقيقة والخيالات اعتقادات ثابتة . وأعظم من يتأثر بالايحاء من يعيشون في الاوهام ، ويسبحون في بحار من الخيالات ، كالاطفال والمرضى . نعم هناك مرضى نفسانيون من الوهم ، وقد يكون الوهم بسيطا كالذى يعرض لنا جميعا ، لأن بعضنا يعيش في عالم من الوهم الى حد ما ، وقد يكون الوهم خطيرا فيكون مرضا بمعنى الكلمة . ويسمى الهستيريا . ولا علاج لهؤلاء المرضى من الوهم الذى يوحون به الى أنفسهم الى بوهم مضاد نوحى به اليهم ، فلا يقل الحديد الا الحديد ، ولا يدفع الوهم الا الوهم . مثال

ذلك أن مريضة هستيرية بشلل وهمى أقعدها عن الحركة ، عاجلها  
الاطباء بالايحاء فشفيت . نقلت المريضة الى المستشفى لانتحرك ، لان  
برجليها شللا ، ولكن الاطباء لاحظوا أنها تستجيب لوخز الابرمة مما  
يدل على سلامة أعصابها ، وعلى أن الشلل عندها وهمى ، لا يهمننا  
الآن الحديث عن أسبابه ، ولكن يهمننا بيان أثر الايحاء فى علاجه .  
أوهمها الضيب أنه سيحقنها بدواء جديد يشفيها فى الحال من ذلك  
الشلل ، ثم حقنها ، ( وأنزلها على السرير ) ، ف وقعت على قدميها ،  
وتبينت أنها شفيت .

وأحسب أننا من هذين المثالين نستطيع أن نعرف الايحاء بأنه  
التأثير فى الناس عن طريق الكلام لقبول فكرة معينة ، والاقتناع  
بها ، والعمل بمقتضاها . والكلام هو اداة الايحاء . والكلام الفاظ  
هى التى يمتاز بها الانسان ، لانه حيوان ناطق ، يدل على أفكاره  
التى تجرى فى ذهنه ، وعلى المعانى التى تطوف بعقله ، باللغة أو  
الكلام أو مجموعة الالفاظ . ومن أجل ذلك لا يمتاز الحيوان بهذه  
الظاهرة النفسانية التى نتحدث عنها وهى الايحاء ، بل يتميز  
بالمحاطاة أو التقليد فقط .

ولو سألنا عن أعجب الأشياء عند الإنسان ، لرأيت أنه اللفظ  
أنه سحر . وأول ما يفطن له الطفل ويعجب به ، هو اكتشافه قوة  
اللفظ ، وسحر الكلمة . وعندما ينطق ، ويتبين أثر اللفظ فى النفس ،  
يشعر فى استعمال الكلام ، ويستخدم هذه الاداة التى تعد أقوى من  
أى سلاح يعرفه الحيوان ، فالكلام أقوى من السواعد والانياب والمخالب  
أثرا ، وأعظم قوة . انظر الى الطفل حين ينطق لأول مرة « بابا » أو لفظة  
« ماما » وهما أول لفظتين يتعلمهما ، وهما لذلك لذلك موجودتان فى  
كل لغة . يقول « ماما » فتستجيب له أمه ، ويتحرك اليه هذا الجسم  
الطويل العريض ، فأى سحر وأى قوة لهذه اللفظة ! ثم يتعلم الطفل أن  
قوة اللفظ وتأثير الكلام فيما له من معنى يدل عليه ، ويفهمه السامع ،

فيحاول ان يتخير الالفاظ الدالة على المعانى ، وكلما كان اللفظ أدل كان الاثر أقوى وأنفذ ، وفى هذا يختلف الناس ، فبعضهم يمتلكون عنان اللغة ، ويحسنون توجيهها ، ويجيدون البيان .، ولذلك قيل ان من البيان لسحرا ، وبعض الناس يعجزون عن التعبير المقصود ، ولا يحسنون البيان ولا يكون لكلامهم وقع ولا أثر .

ولا نريد أن نتكلم عن اللغة بوجه عام ، إلا بالقدر الذى يفيدنا فى بيان أثر الايحاء ، فنقول ان أركان الايحاء ثلاثة ، الموحى ، والموحى اليه ، والانفاذ التى تعد واسطة بينهما . وشخصية الموحى ذات أثر كبير فى الايحاء ، فكلما كانت منزلته أعظم ، وعلمه أغزر ، ونظـمـته أوسع وأحكم ، كان ايحاؤه أبلغ وأنفذ . ولهذا السبب يضيف أصحاب الاعمال والفنون الى أشخاصهم الالقاب والدرجات العلمية حتى يحيطوا أنفسهم بهالة من القوة . فهذا طبيب يكتب على بطاقته أنه خريج جامعات كذا وكذا ، وحاصل على شهادات كذا وكذا . وعندما يريد المحتالون التأثير فى الناس فانهم ينتحلون القابا ليست لهم ، وقد حدثت فى مصر أخيرا حوادث من هذا القبيل تسمى فيها أشخاص بأسماء الدكاترة وهم أشباه أميين . صفوة القول شخصية الموحى لها أثر فى قوة الايحاء ، كالوالد مع أبنائه ، والمعلم وتلاميذه ، والقائد من جنده . ومن أجل ذلك جعلوا لأصحاب المنزلة القابا وشارات بل وأزياء تميزهم ويعرفهم الناس بها ، ويحددون بها أقدارهم .

والركن الثانى فى الايحاء هو الكلام ، وصفته ، ومعانيه ، والصوت الذى يلقى به . فكلما كانت العبارة أقصر كانت أبلغ . وكثيرا ماتغنى عبارة عن كتاب ، وتفيد كلمة واحدة عن عبارة ، وتدل اشارته عن كلمة ونذكر بهذه المناسبة اشارة النصر التى ابتكرها مستر تشرشل فى الحرب الماضية وكانت انجلترا تعانى حربا دامية من هتلر ، فكانت تلك الاشارة بأصبعيه أعظم ايحاء لبني وطنه على الثبات والثقة فى النصر . ومن هذا القبيل ما يلجأ اليه الاعلان عن البضائع ، والايحاء



للجمهور بمحاسنها وشرائها ، حتى لقد يدفع المعلن الكثير من المال  
جائزة لمن يبتكر أوقع لفظة ، أو أحسن عبارة تروج للبضاعة ، فهذا  
دواء يشفى الصداع ويزيل جميع الآلام ، وهذا شراب لذيذ أو طاهر ،  
وهكذا مما نقرؤه فى لصحف كل يوم . ويشترط فى الإيحاء أن يصدر  
الكلام فى صيغة الأمر حتى يبعث الثقة ، ويؤدى الى القبول ، بل الخضوع  
والاستسلام . وهذه هى طريقة التنويم المغناطيسى ، فقد ثبت أنه إيحاء  
قوى من النوم واستسلام من اوسيط أو النوم .

والركن الثالث هو شخصية الموحى اليه ، فكلما كانت أصغر كان  
الإيحاء أبلغ . والإيحاء فى جمهور واسع أسهل من الإيحاء فى فرد ،  
ونحن دأكرن بهذه المناسبة قصة أشعب فانها تلخص الإيحاء تلخيصا  
بدعا . فقد اجتمع عليه الصبية يعاكسونه ويهللون عليه فاراد أن  
يصه فهم فقال لهم ألم يبلغكم أن فلانا فى حارة كذا يحتفل احتفالا  
كبيرا ويطعم الناس ، فجرى الأولاد الى ذلك المكان . فلما رأهم أشعب  
يتدافعون الى ذلك الحى ، خيل اليه أن الحفلة موجودة حقا فجرى معهم .

وتبين لنا هذه القصة أثر الإيحاء النفسى ، الذى يصدر من الشخص  
وينعكس اليه . وهذا هو سبيل السعادة ، فاذا اعتقد الناس أنهم  
سعداء كابوا كذلك . ولقد قيل فى الامثال « اضحك يضحك لك  
العالم » .

فاذا عرفت ذلك أبها المستمع وأردت أن يكون لإيحاءك أثره المطلوب ،  
فينبغي أن تعمل على تزويد شخصيتك بكل ما يجعلها قوية من العلم  
والخلق والمزلة والمهابة والاحترام ، وأن يكون كلامك واضحا ، مبينا  
دالا على المنصود ، ثابت العزم ، بعيدا عن التردد ، وبذلك ينفذ الى  
الى قلب السامعين ، ويحقق الفائدة المطلوبة .

وفوائد الإيحاء الاجتماعية عظيمة ، فهو السبيل الى نقل الحضارة  
من جيل الى جيل ، وحمل الناس على اعتناق الآراء . وتقوم النظم



الاجتماعية الاساسية على الايحاء ، وهذه النظم هى التعليم والاقتصاد والسياسة والدين .

كيف تعلم الام أبناءها الرضع ، وكيف يربى الأب أطفاله ، وكيف يهذب المعلم فى المدرسة ، والجامعة تلاميذه وطلابه ؟ انه الايحاء الذى يلقي به كل منهم ما اجتمع له من معرفة وخبرة وتجربة فى روع الطفل أو قلب التلميذ أو عقل الطالب . ولن تصنع اداة التعليم أو يسير هذا الجهاز سيرا صحيحا الا اذا عرف الآباء والمعلمون أصول الايحاء النفسية التى ذكرناها . ومن اغريب أنك تجد الأب يضيق مثلا اذا خرج ابنه عن أمره ولم يستمع لنصحه فيتهمه بالعقوق ، وكان ينبغى أن يتهم الأب نفسه لانه لم يحسن الايحاء لابنه بما ينبغى أن يفعله . وهكذا الشأن فى المعلم والأستاذ .

وقد أشرنا من قبل اشارة عابرة الى أثر الايحاء فى الاقتصاديات والحق أن اليوم ، كما كان فى القديم ، لا تقوم التجارة الا على تزوين البضاعة فى أعين المشترين والايحاء اليهم بمحاسنها ، وذلك يكون بالاعلان المناسب . وقد أصبح الاعلان فنا يستند الى مبادئ نفسانية لمعرفة سبيل التأثير فى الناس . والتاجر العاقل هو الذى لا يبخل على الاعلان عن بضاعته ليروجها .

وليس فى الوقت متسع لبيان فوائد الايحاء فى السياسة ولكن يكفى أن نذكر أن قادة الدول هم الذين يوحون الى الشعوب بالحرب أو السلام اذا أرادوا ، كما هو مشاهد اليوم ومعروف من التاريخ .



## الاثـر النفسى للفنون

آفة المجمع فى أمور كثيرة منها التفكك والفراغ والعجز والتواكل والقلق والانطواء ، وهى آفات اذا أصابت مجتمعنا أدت الى تأخره والى شعور أفرادـه بالشقاء . وقد انبرى علماء النفس الى دراسة هذه العلل من الوجهة النفسانية ، وحاولوا علاجها بعد معرفة أسبابها . ولا نزاع فى أن العلاج الذى ينفذ الى أعماق النفس البشرية ، ويعرف طبيعتها ، هو أفضل علاج ، لانه يستأصل الداء ، ويلمس موطن العلة ويفيد أكثر من العلاجات الظاهرة التى يضيع أثرها ، لانها أشـبـه بالمسكات الوثيقة . ومن الادوية النفسانية العميقة الاثر فى علاج النفوس واصلاح المجتمع ، والاخذ بيده فى طريق السعادة والتوحيد والعمل والسمو ، الفنون الجميلة المختلفة .

وكانت الفنون الجمينة الى عهد قريب مهملة فى مصر وفى الشرق ، ولم يكن ينظر الى الفن والفنانين نظرة تقدير من المجتمع ، لجهل الناس بالاثـر النفسانى للفنون . مع أن قدماء المصريين كانوا يعنون أعظم عناية بالفنون كالتصوير والموسيقى مما لاتزال آثارهم شامدا على عظمة حضارتهم . وقد أحسنت الحكومة الحاضرة باحياء الفن القديم حين أقامت تمثال رمسيس فى أهم ميادين العاصمة . ولعلك تسأل وما أثر وضع تمثال فى المجتمع ؟ فنقول فى الجواب ان أثره عظيم ، لانه رمز يمثل قوة مصر ومجدها ، ويعبر عن خلاصة تاريخها ، فتجتمع حوله سائر القلوب ، وتهفو الى اتباع نهجه ونفوس الشباب ، كما بجتمع الجند حول القائد ، فيؤدى ذلك الى ربط الماضى بالحاضر كما يؤدى الى توحيد الامة . وهكذا تعالج أول آفة ذكرناها وهى التفكك

والانحلال • وهذه أول ثمرة ثلثون اراقية فى الامم الراقية • كان العرب يعتزون بشاعرهم ويحفظون قصائده التى يفخر فيها بالقبيلة، ويحفظ النسياب فى انوقت الحاضر فى كل أمة النشيد الوطنى ويتغنون به لأنه يوحد بينهم ، ويرفع من روحهم •

والموسيقى أثر فى نفوس الامة عرفه انقدماء فعنوا بها أعظم عناية وارنموا بها ، واستغل بها انفلاسفة ونهم أبرز المفكرين • فالغرابى هو الذى وضع أصواتها عند العرب ، ويرون أن ابن سينا كان بعد القاء درسه على طلبته فى الطب والفلسفة ينصب مجلس السماع • ويمكن أن ننخص النظريات المختلفة التى قال بها علماء النفس فى أثر النون فى أمور خمسة ، هى التطهير ، والتسليه ، وشغل الوظيفة الفنية ، وتكميل النفس ، وتقوية الحياة •

وقبل ان نفصل دور كل واحد من هذه الخمسة نقول ان موقفنا من الفن إما أن يكون موقف المبدع ، وإما أن يكون موقف المتفرج المستمتع ولا شك أن الفنان الرضيع الذى ينحت التمثال ، أو يؤلف القطعة الموسيقية ، أو النوحة المصورة ، أو القصيدة البارعة ، أو التمثيلية الدائمة ، نادر ، وهو عبثى وانعباقة قليل فلم يظهر فى انجلترا من يماثل شكسبير فى تمثيياته ، ولا فى المانيا من يشبه بيتهوفن فى سمفونيائه • اذا لم يتيسر للناس جميعا أن يشاركوا فى ابداع الفن ، ففى أمكانهم أن يستمتعوا بتذوقه ، فيرقى بذلك الذوق العام ، نتيجة حفظ القصائد الجميلة من الشعر ، واقتناء الصور الرائعة والاستماع الى الموسيقى ابديعة •

ومع ذلك فقد اتجه العامة منذ القرن الماضى فى توجيه الاطفال والشباب وجهة جديدة : هى دفعهم الى المساهمة مساهمة فعلية فى التعبير عن أنفسهم بالفنون • ولعلك تسأل عن السر فى الطريقة الجديدة التى تتبع الآن فى المدارس المصرية لتعليم الاطفال الرسم ، والعمل

بالصلصال فى تلك الدروس التى تسمى بالاشغال اليدوية • السر فى ذلك أن الفن لغة يعبر بها الإنسان عن نفسه كالكلام سواء بسواء • ونحن حين نترك الطفل حراً للتعبير عن نفسه كما يريد بالخطوط والاشتدال والألوان ، أو يعبر بيديه حين يشكل من الصلصال على هيئة طيور وحيوانات وأشخاص ، إنما نفسح المجال لظهور الحاسة الفنية عنده ، واشتباع هذه الحاسة ، فضلاً عما يشعر به من سعادة ونشوة من العمل والخلق • ويذهب برجسون الى أن شعور المرء بالسرور إنما ينشأ من الابداع ، ولا بد فى الابداع من حرية للتعبير عن كوامن النفس •

الحق أن نظريات علم النفس التى طبقت فى مصر على الاطفال فى مدارس المرحلة الاولى قد أثمرت ثماراً طيبة • فمجتمع الاطفال اليوم أكثر سعادة من أطفال الماضى لاننا نعالجهم بممارسة الفنون كالرسم والنحت والموسيقى والانشيد ، التى يعبرون فيها عن انفسهم تعبيراً جميلاً فى حرية ونظام • لان الفن كما يتطلب الحرية يتطلب كذلك الخضوع للنظام ، لان الخروج عن الوزن فى الموسيقى يفسد اللحن ، واضطراب الوزن فى الشعر يفسد النظم ، واختلال النسب فى الرسم يذهب بالصوير • فالغالب أكثر الناس خضوعاً للنظام ، والتزاماً للقيود ، ولكنه نظام لا يفرض عليه من الخارج بل يفرضه بعد بالاثـر الفنى الذى يبدعه ، فاذا كنا نشكو من أن المجتمع يضطرب فيخرج على النظام ، ويجرم بعض أفرادـه بالاعتداء على القوانين ، فأفضل السبل الى تعويدهم النظام والتزام القوانين ، عن رضا وطواعية ، لا عن عسف وقهر ، هو نشر الفنون الجميلة ، التى تجمع بين نقيضين اذا سادا فى أمة ارتفعت الى الأوج وهما النظام والحرية •

ولكن الخطوة التى بدأت تنتشر فى أطفالنا مع نشر الفنون فى المدارس ، والتى أثمرت تلك الثمار الصالحة ، لم تلاحقهم حتى

الشباب ، وهذا هو السبب فى شعور بعض الشباب بالفراغ ثم الملل ، ثم الانطواء ، ثم القلق ، مع أن الآباء والأمهات لو عرفوا أثر الفنون التى ذكرناها فى علاج النفس ، من جهة الخلق والابداع ، ومسايرة الحرية والخضوع للنظام ، والتعبير عن النفس بلغة لا تحسنها الا لغة الفنون ، وصرف الطاقة الحيوية فى أعمال رائعة يعتز بها صاحبها ، لشجعوا فى شبابهم كما شجعوا فى أطفالهم ممارسة الفنون .

ذلك أن أول وظيفة للفن هى تطهير النفس ، وهذه نظرية قديمة أول من نادى بها أرسطو ، وكانت أعظم الفنون عند اليونان هى المأساة أو التمثيلية المسماة بالتراجيديا ، التى تصور فيها عواطف الخوف والرعب والشفقة ، فيتأثر المتفرج بهذه الانفعالات المختلفة عند التمثيل ، فتصفو نفسه منها ، ولذلك يمكن أن نسمى هذه الوظيفة الأولى للفن بالتصفية ، أى تصفية النفس مما يكون قد استقر فيها من انفعالات عنيفة وبخاصة الخوف ، فاذ كان التمثيل جيدا ، كما نلاحظها عند مشاهدة الأفلام السينمائية ، تقمص المتفرج الشخصيات التى تلعب على الشاشة ، ويحس بعطف أو سخط أو خوف على الممثلين ، وكثيرا مايحدث أن بعض المتفرجين يبكى للمأساة التى يشاهدها مع أنه يعلم أن ما يراه تمثيلا ، وهذا البكاء نوع من التفريغ عن النفس ، وليس ما يفعله علماء النفس عند التمثيل النفسانى الا عملية تطهير لاستخراج المخاوف الكامنة ، فالمحلل يدع المريض يسترجع فى صفحة ذاكرته ذكرى الأحداث القديمة ، حتى اذا تذكر موقفا خاف منه بدا عليه الانفعال كما لو كان مصدر الخوف عائلا أمامه ، وبذلك تصفو نفسه .

والوظيفة الثانية للفن هى التسلية ، أو التشرية ، ذلك أن الحياة عبء ثقيل ، وواجبات مفروضة ، يحتاج الانسان الى أن يتلهى عنها باللعب ، وأنواع التسلية التى تسرى عن النفس .

ولذلك قيل ان الفن ضرب سام من الالهـو ، وهذا هو رأى بعض الفلاسفة مثل كأنط وسبينسر ، وقد مر بنا ان ابن سينا كان يتلهى بالموسيقى بعد تدريس الفلسفة والطب فضلا عن القيام بأعباء الوزارة فى أثناء النهار ، وقد عرفت المصانع الحديثة هذه الحقيقة فأخذت تدير موسيقى فى أثناء العمل لتسلية العمال ، وهذا شىء يمكن أن نلاحظه فى مصر فى عمال البناء وفى الفلاجات اللاتى يقمن بجمع القطن ، لأن الغناء أو الشدو وقت العمل يخفف العبء ويسرى عن النفس . على نفسه ، وقيود فنية يقيد بها نفسه ، لأنه يريد أن يستمتع فيما

والوظيفة الثالثة للفن مما تبينه علماء النفس هو أن حواس الانسان تحتاج الى الاشباع ، فلذة العين فى المناظر والألوان والجميلة ، ولذة الأذن فى الأصوات الموزونة ، وكل الناس يحتاجون الى التعبير عن أنفسهم ، ولكن طرق التعبير تختلف ، كما تختلف طرق الفهم ، وليس الكلام هو السبيل الوحيد الى التفاهم بين الناس ، وإلى التعبير عن القصد ، وبخاصة لأن هناك أمورا يعجز الكلام عن التعبير عنها كالعواطف المختلفة ، ولذلك قيل ان الموسيقى هى لغة العواطف كالآلـم والحنين والآنين والتوجع والشكوى والفرح والخوف وغير ذلك ، ونحن نلاحظ أن الموسيقى المصرية فى الوقت قد أخذت تنبـه الى هذا المعنى فتنوعت ألحانها وأصبحت معبرة عن الانفعالات والعواطف البشرية التى ترضى فى النفس هذه الحاجة الى الاشباع مما لا يغنى عنه الكلام .

والوظيفة الرابعة أن الفن يكمل الحياة الواقعة التى تعد نقصا ومسايرة للنزعات الحيوانية ، فالفن كمال لأنه أسـمى من الواقع وأرفع ، وهو بذلك يرفع النفس ويكملها ، لما يسمو بالمجتمع ويرفع من شأنه .



والخامسة أن الفن تقوية للحياة ، لأنه يصورها مرة أخرى في  
الشعر والموسيقى والتمثيلات والتصاوير التي نشاهدها فنستمتع  
مرة أخرى في روائع الفن بما استمتعنا به في الحياة بالفعل .

هذه هي جملة ما يقال في أثر الفن من الناحية النفسية في رقي  
المجتمع ، فلنعمل على تشجيع الفنون حتى نهيب للمجتمع حياة  
سعيدة .

## الحزن والفرح

حينما شرعت أفكر كيف أبدأ هذا الحديث طراً على ذهني سؤال ،  
ووجدت السؤال يصلح أن يكون لغزاً ، لأنه السؤال الوحيد الذي  
نوجهه الى جميع الناس وفي جميع أنحاء العالم على اختلاف مللهم ،  
وتباين اهوائهم ، فلا تجد له إلا جواباً واحداً . هذا السؤال هو ماذا  
يريد الانسان من الحياة ؟ والجواب دون شك هو أن كل انسان يريد  
أن يكن سعيداً ، فالسعادة هي الغاية الأخيرة التي يسعى اليها الناس ،  
ولكنهم يختلفون في اتباع السبل التي تؤدي اليها ، فبعض يجد  
السعادة في المال ، وآخر في الشهرة ، وثالث في الحب والفرح ،  
ورابع في اللو والانغماس في الشهوات ، ولكنهم يتفقون جميعاً على  
شيء واحد ، ويتفقون على نقطة واحدة هي : طلب السعادة .

فهل الناس سعداء حقاً ؟

ان اغلب الذين تصادفهم تجد الحزن بادياً على وجوههم ، والوهم  
متسلطاً على قلوبهم ، ولا تسمع الا جملة واحدة تدور على الافواه : « انى  
غير سعيد » .

واذا حصل الانسان على ما يرغب ويريد سر واعتراه الفرح ، واذا  
لم يوفق في الحصول ما يشتهي اغتم وحزن وبعد عن السعادة . ولا  
بد ان يتلون الانسان ، فهو اما ان يكون مسروراً مستبشراً ، واما ان  
يكون حزينا كئيباً ، ولا يخلو أى شخص من هذين اللونين بين الحزن  
والفرح ما دام على قيد الحياة .

والانسان لا يفرح دون سبب ، ولا يحزن من غير باعث ، والامر فى الحزن والفرح فى ايدينا ، ويرجع ذلك الى نظرتنا نحو الحياة ، فمن الاغنياء أصحاب المال الوفير من يعتقد انه ينقصه اشياء كثيرة ، ويتألم لهبات النسيم ، والفقر يتألم لفقره ويشتهى المال ، والمحروم من الحب يحزن لان قلب المرأة لم يفتح لاستقباله ، والحبيب بائس لانه خاضع لسلطان الهوى والغرام ، والفتاة حزينة لانها لم تتزوج ، فاذا تزوجت فهي بائسة بهذا الزواج ، والطبيب يعتقد أن مهنته اشق المهن ويود لو كان تاجرا ، والتاجر يلعن الزمان ويرغب لو كان موظفا . فلو قنع الناس بالحال التى هم فيها لارتاحت نفوسهم وابتسمت لهم الحياة .

ولكن كثيرا من الطواريء ، تخرج عن ارادتنا فتدفع الى الفرح ، وتبعث فيها الحزن . ومن منا لا يفرح اذا ربح ورقة يانصيب او رزق بمولود سعيد ، او خطب الفتاة من شاب تطمع فيه . ومن منا لا يحزن اذا اطممت سيارته بالترام ، او توفى له صديق عزيز ، او فقد حافظة نقوده فى الطريق .

هذه الحوادث وأشباهاها لا بد من وقوعها ليعرف الانسان طعم الحياة ، ويشعر بلاءة العيش . ولكنى أريد أن يكون الانسان دائم الفرح والبشر ، مبتعدا عن مظهر الحزن والاكتئاب ، لان كثيرا من الناس يلبسهم الحزن من أول اليوم الى آخره دون سبب ظاهر . وليس أضر من الحزن ، فان جميع اجهزة الجسم تختل فى نظامها ، وترتبك فى سيرها ، فيفقد الانسان شهيته للطعام ، ويهبط قلبه ، وتضطرب أعصابه ، ويفقد اتزان افكر ، وتظهر له الدنيا فى ثوب قاتم اسود ، فتضيق به الحال ، ويكثر تبرمه من الحياة . بينما تجد الباسم الذى يعلو البشر وجهه ، والابتسامة شفقيه ، تتحسن صحته ، وتنتظم جميع اجهزة جسمه ، ويكون سعيدا فى الحياة ، او على حسب المثل السائر « اضحك يضحك لك العالم »

ويقول فيلسوف الاسلام الامام الغزالي « أن غم الانسان في الدنيا ليس يخلو اما أن يكون تأسفا على ماض ، أو خوفا من مستقبل ، أو حزنا على سبب حاضر في الحال . فان كان على فائت فالعقل بصير بان الجزع على ما فات لا يلم شعثا ، ولا يرم ما انتكت ، وما لا حيلة له فالغم عليه حرق .

وان كان على حاضر فاما أن يكون حسدا لوصول نعمة الى من يعرفه أو يكون حزنا لنفقر وفقدان المال والجاه واسباب الدنيا . وسبب هذا الجهل بفوائل الدنيا وسمومها ، ولو عرفها معرفتها لشكر الله تعالى على كونه من المخففين دون المثقلين . وأما أن كان الغم في الامر المستقبل فان كان على أمر واجب كونه مثل الموت فعلاجه محال . وان كان الامر قابلا للدفع ينبغي ان يحال لدفعه بعقل غير مشوب بحزن .

فانت ترى ان العلماء من القدم كانوا يحذرون الناس عاقبة الحزن لانه لا خير فيه . ويصف علماء النفس في الازمنة الحديثة كثيرا من العلاج لدرأ الحزن ، أولها الابتعاد عن العزلة ، لان الحزين يحب أن يعيش بينه وبين نفسه ، تاركاً عقله للاوهام ، شارد الفكر ، فتقتله الوسواس ، وتضنية الهواجس ، وليس للامر علاج الا ان يختلط الانسان بالناس ، ويبتعد عن الوحدة القاتلة ، ثم يجب أن يسعى أن يكون المجتمع الذي يندرج فيه أليفا مسليا ، يتجاذب مع اصدقائه الاحاديث الطيبة ، ويبحث الموضوعات المختلفة . والغريب انك تسأل أولئك الذين يعيشون في وحدة عن سبب ميلهم الى هذه المعيشة فيقولون لك اننا نجد في العزلة لذة ومتاعا ، وخيالا واسعا واوهاما . ولكن الحقيقة ان هؤلاء الناس ضعاف الشخصية ، ضعاف النفوس والارادة ، لانهم لا يستطيعون أن يجابهوا الحياة ، وأن يقفوا أمام أحداث العالم ، فيهربون من المشاكل التي لا يستطيعون لها حلا ، ويتخيلون في أوهامهم انهم توقفوا الى حلها ، والى الحصول على ما يشتهون من رغبات . كالطائب يتخيل ويحلم انه سينجح في الامتحان،

ثم يبنى على ذلك الآمال الكبار ، والواقع انه لو جد وعمل على الاستذكار ، ثم تقدم الى الامتحان ، لنجح فيه وحينئذ يشعر بلذة تفوق لذة الخيال ، لانها لذة حقيقية دائمة .

ثم ان الفراغ من العمل باعث الى الكآبة ، فالموظف الذى ينتهى من عمله الساعة الثانية بعد الظهر ، لا يعرف كيف يمضى باقى النهار ، فيتسكع فى الطرقات يتأمل فى شرفات المحال التجارية ، أو يجلس فى مقهى ينظر الى المارة ، ولا يعد هذا من الاعمال التى تشبع النفس ، وسرعان ما يثور ويتبرم . على المرء ان يشغل وقته ، وان يسد الفراغ بالاعمال التى يهواها ويميل اليها بأن يقرأ فى كتاب ، أو يشتغل بالرسم والتصوير ، وعلى الفتاة ان تصرف وقتها بالاشغال اليدوية والتطريز وما اشبه ذلك .

وأعجب ما فى الامر ان كثيرا من الناس الذين رزئوا باحداث تؤرقهم ونصدم نفوسهم ، يلجأون الى الخمر ينشدون فى ارتشاف كؤسها راحة النفس ، وانبساط القلب . واذا كانت الخمر تبعث النشوة والحركة ، وتنسى الآلام ، وتفتح ابواب السرور ، فترن ضحكات السكران عالية تنبىء عن الفرح العميق ، الا ان هذا الفرح لا يعدو ان يكون قيد الساعة ، حتى اذا ما زال تأثير الشراب ، عاد صاحبا الى شدة مما كان ، فيفتك به الحزن ، ويمطه الالم ، فينصرف ثانيا الى الكأس ، حتى يصبح مدمن الشراب ، وهذا الادمان آفة جديدة ، لانه ينهك الاعصاب ، ويجعل الشخص ضعيف الاحتمال .

فاذا كانت حركة الدم فى الجسم باعثة على النشاط ، مذهباً للآلام ، فلماذا نلجأ الى الخمر المهلكة ، بينما الرياضة البدنية تبعث فى الجسم نشوة تشبه نشوة الخمر ، ولكنها لا تضر الجسم بل تفيده . وانواع الرياضة كثيرة متعددة ، ولكننا فى مصر نهملها ونعتقد انها لا تصلح الا للاطفال . بينما الدول الاوربية جميعها ، انجلترا والمانيا

وأمریکا وإيطاليا وفرنسا وغيرها ، تعنى العناية العظمى بالرياضة وتوليها المحل الأكبر من الرعاية . وقد كانت الامم القديمة . كالفرس وقدماء المصريين واليونان فى أثينا واسبرطة وغيرها ، تعلم ابناؤها ألوان الرياضة المعروفة فى ذلك الوقت ، وهى ركوب الخيل ، والصيد والقنص بالقوس والنشاب . ونحن الآن فى أمس الحاجة الى الحركة التى تحرك الجسم ، لا سيما والحضارة الحديثة تعلم الانسان الخمول والركود ، فنحن لا نمشى على الاقدام بل نركب الترام والسيارة ، ونختلف طول الليل الى كرسى فى السينما او المقهى . وللخروج من هذا الركود القاتل يحسن بالانسان ان يكثر من النزهة فى الحلاء بين المزارع والحدائق ، لان هدوء الاماكن الخلوية يهدى الاعصاب، ويبعث النشاط فى الجسم ، ثم أن لون المزروعات الاخضر مفيد كل الفائدة فى راحة الاعصاب الثائرة ، لان للالوان اثر فى النفس . واللون الاخضر واللون الازرق من الالوان الهادئة التى ثبت بالتجربة اثرها الحسن فى النفس . لهذا يجب ان نقدر أيام العطلة ، ونسعى الى تمضيتهما فى الريف أو بين الحدائق .

وهن العوامل المهمة فى تغذية النفس وتسليتها وراحتها ، وصرف الاحزان والهموم ، واحلال الفرح والسرور ، سماع الموسيقى المفرحة الشجية . ألسنت ترى الى الاطيار تغنى اذا صفا الجو واعتدل النسيم . وفى الموسيقى سحر يشفى النفوس ، ويهدى الاعصاب ، بل كثير من الامراض العصبية لا تشفى الا بسماعها ، وقد كان الخليفة هارون الرشيد اذا شعر باكتئاب النفس ، وثقل اعباء الدولة عقد مجلس السماع ، واجتمع المغنون ودقت الات الطرب اشجى الالحان . وقد عرف الاقدمون فضل الموسيقى حتى ان فلاسفة العرب كالفارابى والكندى وابن سينا وغيرهم لكل منهم كتاب مؤلف فى الموسيقى واثرها فى النفس . فالموسيقى تذهب السأم وتسرى عن النفس وتعين على

الاعمال الشاقة ، اذ يلجأ الفلاح في حقله ، والجند في سيرها ، والام  
أمام سرير طفلها ، الكل يغنى ، فاذا بالآلام تولى الادبار كأنها لم تكن .

وفى بعض الاحيان يكون الباعث على الحزن أسبابا جنسية هي  
الامراض . واعلم هذه الامراض ترجع الى المعدة ، فيبدأ الانسان  
بفقدان الشهية ، وينتهى بشتى الامراض التى ترجع الى اختلال الكلى  
أو الكبد أو هذه الاجهزة المختلفة ، لذا يحسن بالانسان ان يعرض  
نفسه على طبيب ماهر ، ولكن اغلب الناس مع الاسف ينتظر حتى  
يتمكن الداء فيصعب العلاج ، وقد وجدت بالتجربة ان للحديث  
الشريف « المعدة بيت الداء » و « الحمية خير دواء » نصيبا كبيرا من الصحة .  
والقاعدة الذهبية التى يجب اتباعها فى كل وقت ليكون الجسم  
صحيحا هي ان الوقاية خير من العلاج . وقد فطن الى هذا الامر احد  
فلاسفة مصر هو موسى بن ميمون الذى احتفل به فى الاوبرا هذا العام  
لمناسبة مرور ثمانمائة عام على وفاته ، وله كتاب فى الطب مشهور  
اساس نظريته ان الوقاية خير من العلاج .

يحسن بكل شخص ان يبحث نفسه او يعرض أمره على عالم من علماء  
النفوس ، ليكتشف السر الذى يبعثه على الحزن ، حتى يستأصل الداء ،  
وبصل الى الشفاء .



# فهرس

٣	... .. في التحليل النفسي
٥	... .. هواية العذاب
١١	... .. لغة الرموز
١٧	... .. أحلام
٢٣	... .. مقارنة بين الحلم والمرض النفسي
٢٩	... .. النسيان
٣٥	... .. قرحة المعدة
٤١	... .. القمار
٤٧	... .. هذيان عاطل أساسه المنطق السليم
٥٣	... .. ازدواج الغاطفة
٥٩	... .. الضمير
٦٥	... .. الخوف العقول والقلق النفسي
٧١	... .. التناقض العاطفي
٧٧	... .. الحب شراع لا تسير سفن الحياة بدونه
٨٣	... .. شقاء النفس وشفائها
١٠٩	... .. علم النفس في خدمة المجتمع
١١٧	... .. التوجيه المهني
١٢٣	... .. حسن التوجيه
١٢٩	... .. الأيحاء
١٣٥	... .. الأثر النفسي للفنون
١٤١	... .. الحزن والفرح







95  
45  
Bibliotheca Alexandrina



0701989

الثن  $\frac{p}{v}$

دار الجمهورية للطباعة